



مہاتما گاندھی کے تجربات

پبلشرز:- نرائن دت سہگل اینڈ سنز تاجرانِ کتب لاہور

ستیہ پر میرے تجربات



از قلم

مہاتما موہن داس کرم چند گاندھی

پبلشرز

میسرز نرائن دت سہگل اینڈ سنز تاجران کتب لاہور

بار سوم ..... ایک ہزار (حجازی پریس بیرون موری گیٹ لاہور) قیمت ۶/

مشہور عالم فخر ہند سوامی وویکانندجی مہاراج کی تین نادر زمانہ تصانیف

بھگتی کرم اور گیان کی بے مثال کتب

۱۔ بھگتی یہ سوامی وویکانندجی مہاراج کی مشہور و معروف تصانیف میں سے ایک تصنیف ہے جس میں آپ نے بھگتی مارگ کی مختصراً تشریح و توضیح کر کے اس کی عظمت و برتری کو ثابت کیا ہے۔ نہ صرف یہ بلکہ اس میں یہ بھی بتلایا گیا ہے۔ کہ کس طرح اس طریق کی اپنی اپنی جگہ پر پیروی بلا تمیز و تخصیص مذہب و ملت بنی نوع انسان کے لئے ان کی آئندہ بہتری و بہبودی کا باعث ہو سکتی ہے۔ قیمت فی جلد ۱۲؍

۲۔ بھگتی رہسیہ یہ شری سوامی وویکانندجی مہاراج کے ان مشہور عالم لیکچروں کا مجموعہ ہے۔ جو آپ نے امریکہ میں بھگتی مارگ کی وضاحت میں دیئے تھے۔ اور جنکو سنکر امریکہ کے بیشمار اہل خیال و صاحب دماغ حضرات نہ صرف آپکے مداح و معتقد ہی ہو گئے۔ بلکہ ہندوستان اور ہندوستانیوں سے بھی سچا پریم کرنے لگے۔ ان لیکچروں میں بھگتی مارگ کے بہت سے راز اور عقدے نہایت آسان طور پر حل کر کے سمجھائے گئے ہیں۔ قیمت عہ؍

۳۔ بھگتی اور ویدانت یہ بھی مشہور عالم فخر ہند سوامی وویکانند کے ان چار لیکچروں کا مجموعہ ہے۔ جو انہوں نے مختلف ممالک میں بھگتی اور ویدانت پر دیئے تھے۔ اسمیں بھگتی کی ماہیت اور ویدانت کی عظمت ظاہر کی گئی ہے ان لیکچروں میں سوامی جی مہاراج نے عیش و عشرت اور مادیت کے نشہ میں غلطان مغربی ممالک کے باشندوں کو یہ بتلانے کی کوشش کی ہے کہ دنیاوی زندگی سے بھی بڑھ کر ایک خوبصورت زندگی ہے جو مرنے کے بعد کسی دوسری دنیا میں نہیں بلکہ اسی دنیا میں حاصل ہو سکتی ہے قیمت [illegible]

نوٹ :۔ تینوں کتب اکٹھی چار روپیہ میں خرید فرماویں۔

نرائن دت سہگل اینڈ سنز پبلشرز تاجران کتب لاہور

مترجم کی ضروری التماس

قدیم زمانہ میں پہاڑوں کی غاروں اور گپھاؤں میں عبادت الٰہی میں مصروف راہب۔ یوگی۔ تپسوی بھلے ہی برہمچریہ کے عہد کی پابندی کرتے رہے ہوں۔ مگر موجودہ زمانے میں عمر بھر برہمچریہ کے عہد کی پابندی کرنا سخت مشکل نہیں تو ناممکن ضرور ہے۔ لیکن خوش قسمتی سے اس گئے گذرے زمانے میں بھی ہندوستان میں ایک ایسی قابل تعظیم لاثانی ہستی نے جنم لیا ہے۔ جس کو گرہستی (دنیادار) ہونے کے باوجود ہزاروں برہمچاریوں سے بڑھ کر اپنے نفس پر قابو پانے اور اپنی روحانی طاقت کا کرشمہ دکھانے کا فخر حاصل ہے۔

کیا آپ جانتے ہیں کہ وہ کون سی ہستی ہے؟

وہ ہے ہندوستان کی مایۂ ناز اور تمام دنیا کی قابل تعظیم لاثانی ہستی مہاتما موہن داس کرم چند جی گاندھی۔

یہ کتاب ان ہی مہاتما جی کے برہمچریہ کے متعلق اپنے ۴۰ سالہ تجربات کا نچوڑ ہے۔

تقریباً ۱۱ سال کا عرصہ گذرا۔ مہاتما جی نے "ینگ انڈیا" میں برہمچریہ کے متعلق ایک خاص مضامین کا سلسلہ شروع کیا تھا۔

چونکہ اردو زبان میں اب تک کوئی ایسی کتاب شائع نہیں ہوئی۔ جو برہم چریہ جیسے اہم مضمون پر کافی روشنی ڈال سکے۔ اس لئے میں نے مہاتما جی کے ان مضامین کو اردو جامہ پہنانے کی کوشش کی ہے۔

مہاتما گاندھی جی کے ان مضامین کے متعلق میں اپنی طرف سے کچھ نہیں لکھنا چاہتا۔ یہ جو کچھ بھی ہیں۔ آپ کے پیش نظر ہیں۔ اگر اردو دان اصحاب میں سے کسی ایک نے بھی ان مضامین میں سے مستفید ہونے کی کوشش کی تو میں سمجھوں گا۔ کہ میری محنت رائیگاں نہیں گئی"۔

مورخہ یکم جنوری ۱۹۳۳ء

دعاگو

"اکسیر سیالکوٹی"



برہم چریہ پر میرے تجربات

برہم چریہ کے سادھن (طریقے)

"اولاد پیدا کرنا قدرتی امر ضرور ہے۔ مگر کچھ مقررہ حد تک۔ اس مقررہ حد کو عبور کرنے سے عورت ذات مصیبتوں میں مبتلا ہو جاتی ہے۔ اولاد کمزور پیدا ہوتی ہے بے شمار بیماریاں پیدا ہو جاتی ہیں۔ عیاشی بڑھ جاتی ہے۔ اور دنیا گناہوں کی طرف راغب ہو جاتی ہے۔
نفسانی جذبات کے زیر اثر انسان اس جہاز کی مانند ہوتا ہے۔ جو بغیر بادبان کے ہو"

برہم چریہ اور اس کے حاصل کرنے کے متعلق میرے پاس سینکڑوں خطوط آرہے ہیں۔ میں نے گذشتہ موقعوں پر برہم چریہ کے متعلق جو باتیں تحریر کی ہیں۔ میں انہیں باتوں کو دوسرے الفاظ میں اس جگہ دوبارہ درج کرنا چاہتا ہوں۔ برہم چریہ کی محض افعال سے پابندی نہیں کی جاسکتی۔ بلکہ برہم چریہ کے اصلی اور مکمل معنی تمام حواسوں پر پورے طور پر قابو پانا اور قول فعل اور عمل سے نفسانی

جذبات سے نجات حاصل کرنا ہے۔ لاثانی برہم چاری کو نفسانی جذبات یا
اولاد پیدا کرنے کی خواہش سے جنگ نہیں کرنا پڑتا۔ یہ اسے کبھی اور کسی حالت میں
تکلیف نہیں دے سکتے۔ تمام دنیا اس کے لئے وسیع اور غیر محدود پریوار ہوگا
اور وہ اپنی تمام کوششوں کو بنی نوع انسان کی بہبودی کے لئے وقف کر دیگا
وہ ان کی تکالیف کو دور کرنے کی کوشش کرے گا۔ اولاد پیدا کرنے کی خواہش
اس کیلئے قابل نفرت چیز ہوگی۔ جس شخص نے بنی نوع انسان کی تکلیفوں کو ان
کی اصلی شکل میں دیکھا اور سمجھ لیا ہے۔ وہ نفسانی جذبات کے کبھی بھی زیر اثر نہیں
ہو سکتا۔ وہ قدرتی طور پر اپنے آپ میں ایک خاص طاقت کے سرچشمہ کا احساس
کرے گا۔ اور اسے ہمیشہ پاکیزہ حالت میں رکھنے کی سعی کرے گا۔ وہ اس خاص
اور لاثانی طاقت کے باعث دنیا میں عزت کی نگاہ سے دیکھا جائے گا۔ اور
وہ بادشاہ سے بھی بڑھ کر اپنا رتبہ اور رسوخ حاصل کرے گا۔

لیکن جب میں ان خیالات کا اظہار کرتا ہوں۔ تو مجھ سے کہا جاتا ہے
کہ اس زمانے میں ایسی مثال قائم کرنا ناممکن ہے۔ اور کہ میں مرد اور عورت
کے درمیان قدرتی کشش کی کچھ بھی قدر و منزلت نہیں سمجھتا۔ میں اس بات
کو تسلیم کرنے سے انکار کرتا ہوں۔ کہ نفسانی جذبات کے زیر اثر زن و شوہر کا باہمی
تعلق قدرتی سمجھ لیا جائے۔

اس حالت میں ہم لوگوں پر بہت جلد مصیبتوں کے بادل چھا جائیں گے
اور ان سے نجات حاصل کرنا ہمارے لئے مشکل ہو جائے گا۔ مرد اور عورت
کے درمیان بعینہٖ ویسی ہی قدرتی کشش ہے۔ جیسی بھائی اور بہن کے درمیان

ماں اور بیٹے کے درمیان - باپ اور بیٹی کے درمیان قدرتی کشش - اور یہ وہ قدرتی کشش ہے - جس پر دنیا قائم ہے -

اگر میں تمام دنیا کی مستورات کو بہن - بیٹی یا ماں کے برابر نہ سمجھتا - اور ان کو قدر کی نگاہ سے نہ دیکھتا - تو میرا کام کرنا تو دور رہا زندہ رہنا بھی ناممکن ہو جاتا اور اگر میں ان کی طرف بُری نگاہ سے دیکھتا - تو وہ میری تباہی کا بالکل یقینی رستہ ہوتا

"اولاد پیدا کرنا قدرتی امر ضرور ہے - لیکن کچھ مقررہ حد تک لیکن اس مقررہ حد کو عبور کرنے سے عورت ذات مصیبتوں میں مبتلا ہو جاتی ہے - اولاد کمزور پیدا ہوتی ہے - بے شمار بیماریاں پیدا ہو جاتی ہیں - عیاشی بڑھ جاتی ہے - اور دنیا گناہوں کی طرف راغب ہو جاتی ہے - نفسانی جذبات کے زیر اثر انسان اس جہاز کی مانند ہوتا ہے - جو بغیر بادبان کے ہو"

اگر کوئی ایسا شخص کسی جماعت یا سوسائٹی کا لیڈر ہو - اور وہ اس قسم کے مضامین کا سلسلہ شروع کر دے - جن سے لوگ اسی رو میں بہہ جائیں - تو آپ ہی بتلائیں - کہ اس جماعت یا سوسائٹی کی کیا حالت ہو گی ؟

اور پھر بھی آج ہم انہیں واقعات کو ظہور پذیر ہوتے دیکھ رہے ہیں - مان لیجئے - کہ کسی روشنی کے چاروں طرف چکر لگاتا ہوا کوئی پروانہ لمحہ بھر راحت کی گھڑیاں گن رہا ہو - اور ہم اس کو ایک مثال مان کر اس کی پیروی کرنے والے ہوں - تو ہماری کیا حالت ہو گی ؟"

نہیں - میں اپنی تمام طاقتوں کے ساتھ علے الاعلان کہوں گا - کہ عورت اور مرد کے درمیان نفسانی جذبات کی کشش غیر قدرتی ہے -

شادی عورت مرد کے دل کو بُرے جذبات سے پاک کر دینے اور انہیں ایشور کے بہت نزدیک پہنچانے کا وسیلہ ہے۔ عورت اور مرد کے درمیان نفسانی جذبات سے مبرّہ محبت ناممکن نہیں ہے۔ انسان حیوان نہیں ہے۔ اس نے کئی حیوانی جنم دھارن کرنے کے بعد اس اعلےٰ جنم کو حاصل کیا ہے۔ وہ کھڑا ہونے کے لئے پیدا ہوا ہے نہ کہ چاروں پاؤں سے چلنے یا رینگنے کے لئے انسانیت وحیوانیت میں زمین آسمان کا فرق ہے۔ ان دونوں میں اس قدر فرق ہے۔ جس قدر فرق لطیف اور کثیف مادہ میں ہے۔

آخر میں میں برہمچریہ کے حاصل کرنے کے وسائل کو مختصر الفاظ میں لکھتا ہوں۔

پہلی بات اس کی ضرورت کو محسوس کرنا ہے۔ دوسری بات اپنے حواسوں پر آہستہ آہستہ قابو پانا ہے۔ برہم چاری کیلئے اپنی زبان کو بس میں رکھنا نہایت ضروری ہے۔ اسے زندہ رہنے کے لئے خوراک کھانی چاہیئے۔ نہ کہ عیش و عشرت کے لئے۔ اسے صرف پاکیزہ اور صاف چیزوں کو ہی دیکھنا چاہیئے اور ہر ایک ناپاک اور گندی چیز کے سامنے اپنی آنکھیں بند کر لینی چاہئیں ان تمام باتوں پر عمل کرنے کے لئے نگاہ کو زمین کی جانب جھکا کر چلنا ضروری ہے۔ یہ بیشک سدا چار کی نشانی ہے۔ ایک چیز سے دوسری چیز پر نگاہ جانا غیر ضروری ہے۔ برہم چاری کو گندی اور ناپاک باتیں سننی نہیں چاہئیں۔ علاوہ ازیں تیز خوشبودار پھول یا عطر وغیرہ نہیں سونگھنے

چاہئیں۔ پاک مٹی کی خوشبو۔ خوشبودار پھولوں۔ عطروں اور تیلوں سے زیادہ شیریں ہوتی ہے۔ برہم چریہ کی پابندی کرنے کی خواہش رکھنے والے ان تمام اشخاص کو بوقت بیداری اپنے ہاتھ پاؤں کو ہمیشہ صاف رکھنا چاہئے۔ اور انہیں ہر وقت کام میں لگائے رکھنا چاہئے۔ ان کے لئے گاہے بگاہے برت یا روزہ بھی رکھنا ضروری ہے۔"

تیسری بات نیک اور پاکیزہ خیالات والے ساتھی ——— دوست کا ہونا ضروری ہے۔ آخری مگر نہایت ضروری بات یہ ہے۔ کہ اسے ہر روز بلاناغہ دل سے رامائن کا مطالعہ کرنا چاہئے۔ اور ہر روز صبح و شام ایشور کی اشیرباد کے لئے پرارتھنا کرنی چاہئے۔

ان باتوں میں سے کسی ایک پر عمل کرنا معمولی سے معمولی مرد عورت کے لئے کوئی مشکل نہیں۔ وہ خود سادگی کا نمونہ ہیں۔ لیکن ان کی سادگی ہی وہم پیدا کرنے والی ہے۔ جہاں کہیں مصمم ارادہ ہوتا ہے۔ وہاں آسان راستہ مل جاتا ہے۔ انسان اس کے لئے مصمم ارادہ نہیں کرتے۔ اس لئے فضول بھٹکتے رہتے ہیں۔ دنیا ضبط نفس یا برہم چریہ کی پابندی کرنے پر ہی قائم ہے مطلب یہ کہ یہ لازمی اور ضروری فرائض ہیں۔ جن کی طرف ہر عورت مرد کو خاص توجہ دینی چاہئے۔"

---

(۲)

برہم چریہ کے اصلی معنے

"برہم چریہ کے اصلی اور مکمل معنے برہم کی تلاش کرنا ہے۔ برہم ہر جگہ موجود ہے۔ لہٰذا وہ اپنے رُوح کے اندر داخل ہونے اور اس کا احساس کرنے سے تلاش کیا جاسکتا ہے۔ حواسوں پر پورے طور پر قابو پائے بغیر ایسا ہونا ناممکن ہے۔ اس طرح برہم چریہ کے معنی ہر جگہ اور ہر وقت اپنے تمام حواسوں پر قول۔ فعل اور عمل سے قابو پانا ہے۔"

جو انسان سچائی کا عہد لئے ہوئے ہے۔ وہ اس سروشکتیمان پرماتما کی پرستش کرتا ہے۔ وہ اگر کسی بھی دوسری چیز کی پرستش کرتا ہے۔ تو وہ عیاش سمجھا جاتا ہے۔ تو پھر جذبات کی پرستش کیوں کر ہو سکتی ہے۔ جس کی تمام خواہش سچائی تک پہنچنے کی ہو۔ وہ اولاد پیدا کرنے اور دنیا داری کے کام میں کیسے پڑ سکتا ہے۔ عیش و عشرت میں پڑ کر فلاں شخص سچائی کی منزل تک پہنچ گیا ہے۔ اسکی ایک بھی ایسی مثال دنیا میں نہیں ملتی۔ اگر ہم اہنسا کے عہد کو لیں۔ تو اس کی پوری پوری پابندی بھی برہم چریہ کے بغیر نہیں ہو سکتی۔

"اہنسا" کے معنی ہیں "لامحدود محبت"۔ مرد کا عورت کو یا عورت کا مرد کو اپنی محبت نذر کر دینے کے بعد اسکے پاس دوسرے کو دینے کے لئے باقی کیا رہا؟ اس کا تو یہ مطلب نکلا۔ کہ ہم دونو "سب سے پہلے اور باقی سب سے پیچھے"۔

پتی برت استری پرش کے لئے۔ اور پتنی برت پرش۔ استری کے لئے اپنا سب کچھ نذر کر دینے کو تیار ہوں گے۔ اس طرح ان سے "لامحدود محبت" کی پابندی ہو ہی نہیں سکتی۔ وہ تمام دنیا کو اپنا پریوار بنا ہی نہیں سکتے کیونکہ اس کے پاس اپنا تسلیم کردہ پریوار ہے۔ یا تیار ہو رہا ہے۔ جس قدر ان کے پریوار میں زیادتی ہوگی۔ لامحدود محبت میں اسی قدر روکاوٹ پیدا ہوگی۔ ہم دیکھتے ہیں۔ کہ تمام دنیا میں ایسا ہی ہو رہا ہے۔ اس لئے اہنسا برت کی پابندی کرنے والا شادی کر ہی نہیں سکتا۔ شادی کے بعد بیرونی برائیوں کا تو ذکر ہی کیا؟"

اب یہ سوال پیدا ہوتا ہے۔ کہ جو لوگ شادی کر چکے ہیں۔ وہ کیا کریں؟ کیا وہ سچائی کی منزل تک نہیں پہنچ سکیں گے۔ اور کیا وہ سچائی کے لئے اپنا سب کچھ قربان نہیں کر سکیں گے۔ ہم نے اس کا جواب سوچ لیا ہے اور ان کے لئے ایک صحیح اور اعلے راستہ ڈھونڈ نکالا ہے۔ اور وہ یہ کہ وہ شادی شدہ ہو کر غیر شادی شدہ بن جائیں۔ یعنی دنیا داری کی حالت میں بھی برہمچریہ کی پابندی کریں۔ اس قسم کا اعلے تجربہ میں نے اس سے پہلے کبھی نہیں کیا۔ اس حالت کا جس نے مزا چکھا ہے۔ اس کی لذت کو وہی محسوس کر سکتا ہے مجھے اس تجربہ میں کامیابی حاصل ہوئی ہے۔ شادی شدہ مردوزن کا ایک

دوسرے کو بھائی بہن ماننے یا سمجھنے لگ جانا تمام جھنجھٹوں سے نجات حاصل کرنا ہے۔ دنیا بھر کی تمام مستورات بہنیں ہیں۔ مائیں ہیں۔ بیٹیاں ہیں۔ یہ خیال انسان کو اعلےٰ معراج پر پہنچانے والا ہے۔ قید سے رہائی دلانے والا ہے۔ اس پر عمل کرنے سے زن وشوہر کچھ ضائع نہیں کرتے۔ بلکہ اپنا کچھ بڑھاتے ہیں۔ پریوار کو بڑھاتے ہیں۔ نفسانی جذبات کی میل دور کرنے سے محبت بھی بڑھتی ہے۔ محبت کو تباہ کر دینے سے ایک دوسرے کی خدمت بھی بہت اچھی طرح سے ہو سکتی ہے۔ ایک دوسرے کے درمیان لڑائی جھگڑے کم ہوتے ہیں جہاں محبت خودغرضی کے رنگ میں رنگی ہوئی ہو۔ وہاں جھگڑے کی گنجائش زیادہ ہوتی ہے۔"

اس خاص بات پر غور کر لینے کے بعد نیز اس بات کے دل میں گھر کر لینے پر کہ برہمچریہ سے جسمانی فوائد اور ویریہ کی زیادتی وغیرہ اور کئی قسم کے دیگر فوائد بہت حاصل ہوتے ہیں۔ جان بوجھ کر شہوت پرستی کے لئے ویریہ کو ضائع کرنا اور جسم کو نچوڑنا کیسی بیوقوفی ہے؟ ویریہ کا استعمال تو مرد وزن دونو کی جسمانی اور روحانی طاقت بڑھانے کے لئے ہے۔ نہ کہ شہوت پرستی کے لئے۔ مباشرت کے لئے۔ اس کا استعمال کرنا۔ بلاشک وشبہ اس کا برا استعمال ہے۔ یہی باعث ہے۔ کہ ہم ہر وقت بیماریوں میں مبتلا رہتے ہیں۔"

برہمچریہ کی پابندی۔ قول فعل اور عمل سے ہونی چاہئے۔ یہ نہ صرف برہمچریہ کے لئے ہی ضروری ہے۔ بلکہ ہر عہد کے لئے اس کا ہونا لازمی ہے۔ ہم نے گیتا میں پڑھا ہے کہ جس شخص کا جسم اپنے اختیار میں ہو۔ مگر اسکا

دل برائیوں کی طرف راغب ہو۔ تو وہ شخص نادان ہی نہیں۔ بلکہ عادی مجرم ہے یہ بات سب تسلیم کرتے ہیں۔ کہ دل کو نفسانی جذبات کے زیر اثر رکھ کر جسم کو قابو میں کرنے کی کوشش کرنا نقصان دہ ہے۔ کیوں کہ جہاں دل نفسانی جذبات کے زیر اثر ہو۔ وہاں آخرکار جسم بھی اس کی تقلید کرنے لگ جاتا ہے۔

یہاں ایک فرق سمجھ لینا ضروری ہے۔ دل کو نفسانی جذبات کے زیر اثر ہونے دینا اور دل کا خود بخود ہی اپنی مرضی کے بغیر برائی یا گناہ کی طرف راغب ہو جانا ان دونوں باتوں میں زمین و آسمان کا فرق ہے۔ اگر برائی یا گناہ میں ہم نے دل کا ساتھ نہ دیا۔ تو فتح یقیناً ہماری ہے۔ ہم ہر لمحہ محسوس کرتے ہیں۔ کہ جسم تو اپنے بس میں رہتا ہے۔ مگر دل اپنے بس میں نہیں رہتا۔ گو جسم کو فوراً ہی اپنے زیر اثر کرنے کے لئے ہم بلا ناغہ ہر روز کوشش کرنا اپنا فرض سمجھتے ہیں۔ لیکن اگر ہم دل کے زیر اثر ہو جائیں۔ تو جسم اور دل میں مخالفت ہو جائے گی۔ اور ہم برے راستہ پر گام زن ہو جائیں گے۔ مگر ہم کہہ سکتے ہیں۔ کہ جب تک نفسانی جذبات پر ہم قابو نہیں پا سکتے۔ تب تک دل اور جسم دونوں ایک دوسرے کی تقلید کرتے ہیں۔ یعنی ایک دوسرے کے ساتھ ساتھ چلتے ہیں۔

اس لئے برہم چریہ کی پابندی بہت مشکل بلکہ ناممکن تسلیم کی گئی ہے۔ اس کی وجہ تلاش کرنے سے ہمیں معلوم ہوتا ہے۔ کہ ہم نے اس کا غلط مطلب نکالا ہے۔ نفسانی جذبات پر قابو پانے کو ہی برہم چریہ کی پابندی مانا گیا ہے میری رائے میں یہ نامکمل اور غلط تشریح ہے۔ کہ محض نفس پر قابو پانا ہی

برہم چریہ ہے۔ جو دیگر حواسوں کو اِدھر اُدھر بھٹکنے دے کر صرف ایک ہی حواس کو قابو کرنے کی کوشش کرتا ہے۔ اس کی سعی لاحاصل ہے۔ اس میں کیا شک ہے؟

کانوں سے ان باتوں کو سننا جن سے نفسانی جذبات بھڑک اٹھیں۔ اور آنکھوں سے ان چیزوں کو دیکھنا جن سے نفسانی جذبات پیدا ہوں۔ زبان سے ان چیزوں کو چکھنا جو نفسانی جذبات کو زیادہ تیز کرنے والی ہوں۔ ہاتھوں سے ان چیزوں کو چھُونا جن سے نفسانی جذبات کے زیادہ بھڑک اٹھنے کا اندیشہ ہو اور اس کے ساتھ ہی نفس پر قابو پانے کی کوشش کرنا مجھے تو ایک فضول سی کوشش معلوم ہوتی ہے۔ یہ تو بعینہ وہ بات ہوئی۔ جیسے آگ میں ہاتھ ڈال کر اس کو جلنے سے بچانے کی کوشش کرنا۔

اس لئے جو شخص صرف نفس کو بس میں کرنے کی کوشش کرتا ہے اس کو لازم ہے۔ کہ وہ ہر ایک حواس پر قابو پانے کی کوشش کرے۔ تاکہ وہ اپنے مقصد میں کامیاب ہو سکے۔ میں نے ہمیشہ ہی یہ محسوس کیا ہے۔ کہ برہمچریہ کی نامکمل اور غلط تشریح سے نقصان پہنچا ہے۔ میری تو یہ پختہ رائے ہے۔ اور میرا تجربہ بھی ہے۔ کہ اگر ہم تمام حواسوں کو ایک ساتھ بس میں کرنے کی مشق کریں۔ اور اس مشق کی عادت ڈالیں۔ تو نفس کو بہت جلد بس میں کیا جا سکتا ہے۔ اور تب کامیابی بھی حاصل ہو سکتی ہے۔ برہمچریہ کی پابندی کرنے والے کو لازم ہے۔ کہ وہ سب سے پہلے حواس لذت پر قابو پانے کی کوشش کرے یہی وجہ ہے۔ کہ ہم نے سب سے پہلے اس کا ذکر کیا ہے۔

برہم چریہ کے اصلی مدعا کو ہمیں ہر وقت یاد رکھنا چاہیئے - برہم چریہ کے معنی "برہم" ــــ یعنی "سچائی" کی تلاش میں محو رہنا ہے۔ دوسرے لفظوں میں اس کا یہ مطلب ہے - کہ ہمیں اپنے حواس خمسہ پر قابو پانے کی طرف خاص توجہ دینی چاہیئے نہ کہ صرف نفس کو ہی بس میں کرنے کی کوشش کرنی چاہیئے"

سندھیا مترجم منظوم

ان کے مترجم منشی کیول کرشن صاحب مرحوم ہیں - اس میں سندھیا کے تمام منتروں کے ارتھوں کو نہایت ہی دل کش اردو نظم میں کیا گیا ہے - کئی بار چھپ چکی ہے - یہ ایڈیشن خاص طور پر بہت خوش خط اور جلی قلم سے لکھوا کر بڑھیا سفید کاغذ پر چھاپا گیا ہے قیمت صرف دو آنے -

ہندی داں اصحاب کے لئے اس کا ہندی ایڈیشن چھاپا گیا ہے - قیمت صرف دو آنے -

ملنے کا پتہ

نرائن دت سہگل اینڈ سنز بک سیلرز و پبلشرز لوہاری گیٹ لاہور -

(۳)

برہمچریہ کی محدود صورت

"میرا یقین ہے۔ کہ تندرست روح تندرست جسم میں رہتی ہے اس لئے جس حد تک روح نفسانی جذبات سے نجات اور تندرستی میں ترقی حاصل کرتی ہے۔ اسی حد تک اسی حالت میں جسم کی بھی ترقی ہوتی ہے۔ اس کا یہ مطلب نہیں ہے۔ کہ تندرست جسم کے لیئے مضبوط گوشت کا ہونا ضروری ہے۔ بہادر روح اکثر کمزور اور نازک جسم میں رہتی ہے"۔

برہمچریہ جیسے اہم مضمون پر قلم اٹھانا کوئی آسان کام نہیں لیکن میرے دماغ میں یہ زبردست خواہش دیر سے چلی آ رہی ہے۔ کہ میں اپنے ناظرین کو اپنے تجربات کے محدود خزانہ کے کچھ حصے سے فیض پہنچاؤں میرے پاس آئے ہوئے چند خطوط نے میری اس خواہش کو تازہ کر دیا ہے۔

ایک دوست دریافت کرتے ہیں۔ "برہمچریہ کیا ہے؟" کیا اس کی پورے طور سے پابندی کرنی ممکن ہے۔ اگر ممکن ہے تو کیا آپ اس کی پابندی کرتے ہیں۔

"برہمچریہ کے اصلی اور مکمل معنی برہم کی تلاش کرنا ہے۔ برہم ہر جگہ موجود ہے لہذا وہ اپنی روح کے اندر داخل ہونے اور اس کا احساس کرنے سے تلاش کیا جاسکتا ہے۔ تمام حواسوں پر پورے طور پر قابو پائے بغیر ایسا ہونا ناممکن ہے۔ اس طرح برہمچریہ کے معنی ہر وقت اور ہر جگہ قول فعل اور عمل سے اپنے تمام حواسوں پر قابو پانا ہے۔"

ہر ایک مرد یا عورت پورے طور پر۔ برہمچریہ کی پابندی کرتے ہوئے تمام خواہشوں سے بالاتر رہتا ہے۔ اس لئے اس قسم کا شخص ایشور کے زیادہ نزدیک رہتا ہے۔ اس میں کچھ شک نہیں۔ کہ قول۔ فعل اور عمل سے پورے طور پر برہمچریہ کی پابندی کرنا ناممکن ہے۔

میں یہ کہتے ہوئے دکھ محسوس کرتا ہوں۔ کہ ابھی تک برہمچریہ کی اس مکمل حالت تک نہیں پہنچا۔ اگرچہ میں اپنی زندگی کے ہر ایک لمحہ میں یہاں تک رسائی حاصل کرنے کی کوشش کر رہا ہوں۔ میں نے اپنے جسم پر قابو پالیا ہے۔ میں وقت بیداری اپنے جسم کا مالک رہ سکتا ہوں۔ میں نے اپنی زبان کو قابو رکھنے میں پوری کامیابی حاصل کرلی ہے۔ لیکن خیالات پر قابو پانے کے لئے ابھی کئی حالتوں کو عبور کرنا باقی ہے۔ خیالات میرے حکم کی تعمیل نہیں کرتے۔ اسی طرح میرا دماغ بھی میرے خلاف بغاوت کر رہا ہے۔ میں بوقت بیداری خیالات کو ایک دوسرے سے ملتے ہوئے روک سکتا ہوں۔ میں یہ وثوق کے ساتھ کہہ سکتا ہوں۔ کہ بیداری کی حالت میں میرا دماغ برے خیالات سے محفوظ رہتا ہے۔ لیکن سوتے وقت خواب کی حالت میں میرے خیالات قابو سے کچھ باہر

رہتے ہیں۔ خواب کی حالت میں تمام قسم کے پراگندہ خیالات۔ واہیات خوابوں اور ان چیزوں کی خواہش سے جو یہ جسم پہلے استعمال کر چکا ہے۔ بہک جاتا ہے۔ اس قسم کے خیالات اور خواب جب ناپاک ہوتے ہیں۔ تو ان کا جو نتیجہ نکلتا ہے۔ وہ صاف ظاہر ہے؟ جب اس طرح کے احساس ممکن ہیں۔ تو کوئی بھی شخص نفسانی جذبات یا خواہشات سے بالاتر نہیں رہ سکتا۔ لیکن اب اس قسم کا عمل غائب ہو رہا ہے۔ لیکن ابھی بالکل رک نہیں گیا۔ کسی حد تک ابھی جاری ہے اگر میں اپنے خیالات پر پورے طور پر قابو پا سکتا۔ تو گذشتہ دس سالوں سے سنگرہنی وغیرہ بیماریاں جو مجھے گھیرے رہی ہیں۔ نہ ہوتیں۔ میرا یقین ہے کہ تندرست روح تندرست جسم میں رہتی ہے۔ اس لئے جس حد تک روح جذبات سے نجات اور تندرستی میں ترقی حاصل کرتی ہے۔ اسی حد تک اس حالت میں جسم کی بھی ترقی ہوتی ہے۔ اس کا یہ مطلب نہیں۔ کہ تندرست جسم کے لئے مضبوط گوشت کا ہونا ضروری ہے۔ بہادر روح اکثر کمزور اور نازک جسم میں رہتی ہے۔ ایک مقررہ حالت کے بعد روح کے ترقی کرنے سے جسم کا گوشت بھی بڑھنے لگتا ہے۔ پورے طور پر تندرست جسم بہت کچھ گوشت کے بغیر ہو سکتا ہے۔ گوشت کا بنا ہوا جسم اکثر کئی ایک بیماریوں کا مخزن ہوتا ہے۔ لیکن اگر ظاہرہ طور پر جسم پر کسی بیماری کے آثار دکھائی نہ دیتے ہوں۔ اور وہ بیماریوں سے مبرا ہو۔ تو بھی اس میں مرض کے کیڑے اور اسی قسم کی دیگر خراب چیزیں ضرور موجود ہوں گی۔ اس کے برعکس پورے طور سے تندرست جسم تمام بیماریوں سے محفوظ رہتا ہے اور خراب یا گندہ ہو سکنے والا خون تمام قسم کے

مرض کے کیڑوں سے محفوظ رکھنے کی اندرونی طاقت رکھتا ہے۔ اس طرح یکسانیت
حاصل کرنا مشکل ضرور ہے ورنہ میں نے اسے حاصل کر لیا ہوتا۔ کیونکہ میری روح
اس بات کی گواہ ہے۔ کہ اس مکمل حالت کو حاصل کرنے کے لئے ہیں۔ کوئی
کسر اٹھا نہیں سکتا۔ کوئی بھی بیرونی رکاوٹ میرے اور اسکے درمیان حائل
نہیں ہو سکتی۔ لیکن سب کے لئے ——— اور کم سے کم میرے لئے
گذشتہ سنسکاروں کو دور کرنا آسان نہیں ہے۔ لیکن دیری کے سبب مجھے ذرا
بھی حیرت نہیں ہوئی ہے۔ کیونکہ میں نے اس مکمل حالت کا روحانی فوٹو کھینچ لیا
ہے مجھے اس کی دُھندلی جھلک بھی دکھلائی دیتی ہے۔ اب تک حاصل کردہ
ترقی سے نا امیدی کی جگہ مجھے امید کی روشنی نظر آتی ہے۔ لیکن اگر اس امید کے
پورا ہونیسے پہلے میری اس جسم سے مفارقت ہو جائے۔ تو میں یہ نہیں سمجھوں گا۔ کہ
مجھے ناکامی حاصل ہوئی ہے۔ کیونکہ میں پنر جنم میں اتنا ہی وشواس رکھتا ہوں۔
جتنا اس موجودہ جسم کی ہستی میں اس لئے میں جانتا ہوں۔ کہ تھوڑی سی کوشش
بھی بیفائدہ نہیں جاتی۔

میں نے اپنے متعلق اتنی باتوں کا صرف اس باعث ذکر کیا ہے۔ کہ مجھے
خطوط لکھنے والے اور ان ہی طرح دیگر لوگ بھی اپنے میں حوصلہ اور آتم وشواس
رکھیں۔ سب میں آتما (روح) ایک ہی ہوتی ہے۔ اس باعث سب کیلئے اس کی
کامیابی یا ناکامی ایک سی ہے۔ بعض لوگوں میں اس نے اپنے آپ کو ظاہر
کیا ہے۔ اور بعض میں یہ اب ایسا کرنے والی ہے۔ حوصلہ کے ساتھ کوشش
کرنے سے ہر ایک انسان اسی احساس تک پہنچ سکتا ہے۔

میں نے اب تک برہم چریہ کا ذکر محدود صورت میں کیا ہے۔ برہم چریہ کے عام تسلیم کردہ معنی۔ قول فعل اور عمل سے شہوانی جذبات پر قابو پانا ہے۔ اس طرح اس کے معنی کو ظاہر کرنا بالکل درست ہے۔ اس برہم چریہ کی پابندی کرنی بہت مشکل سمجھی جاتی ہے۔ اس شہوانی جذبات پر قابو پانا اتنا مشکل ہو رہا ہے۔ کہ تقریباً ناممکن کے برابر ہو گیا ہے۔ بات یہ ہے۔ کہ زبان کو بس میں کرنے کی طرف اتنا زور نہیں دیا جا رہا۔ جتنا کہ دیا جانا چاہئے۔ ہمارے معالجوں کا یہ تجربہ بھی ہے کہ بیماریوں کے حملوں سے کمزور ہوا ہوا جسم ہمیشہ شہوانی جذبات کا عزیز مقام بنا رہتا ہے۔ اور کمزور اور نازک انسان کے لئے برہم چریہ کی پابندی کرنا قدرتی طور پر مشکل ہے۔

میں نے اوپر دبلے پتلے لیکن تندرست جسم کا ذکر کیا ہے۔ اس سے کسی کو یہ نہ سمجھ لینا چاہئے۔ کہ میں جسمانی طاقت کی مذمت کرتا ہوں۔ میں نے تو برہم چریہ کا ذکر اپنے بالکل موٹے اور عام فہم الفاظ میں مکمل طور پر کیا ہے۔ اس لئے ممکن ہے۔ کہ اس کے معنے درست نہ سمجھے جائیں۔ لیکن جو شخص تمام حواسوں کو پورے طور پر بس میں کرے گا۔ اسے جسمانی دبلاپن کا استقبال ضرور کرنا پڑے گا۔ اگر جسم کے ساتھ محبت کرنے کا خیال دور ہو جائے۔ تو پھر جسمانی طاقت قائم رکھنے کی خواہش کے دور کرنے کا سوال آتا ہے۔ لیکن ایک سچے برہم چاری کا جسم غیر معمولی مضبوط اور پر جلال ہو گا۔ یہ برہم چریہ قدرتاً مشکل ہے۔ جو شخص خواب میں بھی شہوانی جذبات سے ڈانواں ڈول نہیں ہوتا۔ وہ ہر طرح سے عزت کے قابل ہے۔ وہ دیگر تمام حواسوں کو آسانی سے بس میں کر سکے گا

اس محدود برہم چریہ کے بارے میں ایک دوسرے دوست لکھتے ہیں "میری حالت عجیب ہے۔ جب میں اپنے دفتر میں کام کرتا ہوں۔ سڑک پر چلتا ہوں اور جب میں مطالعہ میں مشغول رہتا ہوں۔ کام میں مصروف رہتا ہوں۔ اور ایشور سے پرارتھنا کرتا ہوں۔ تب بھی رات دن شہوانی جذبات مجھے گھیرے رہتے ہیں۔ چکر لگاتے دماغ کو کس طرح بس میں کیا جا سکتا ہے۔ کس طرح ہر ایک استری کو ماں کے برابر سمجھا جا سکتا ہے۔ آنکھ کس طرح پاکیزہ محبت کو آشکارہ کر سکتی ہے۔ کس طرح بُرے جذبات دور کئے جا سکتے ہیں۔ میرے سامنے آپ کا برہم چریہ پر لکھا ہوا مضمون ہے (کئی برس پہلے کا لکھا ہوا) لیکن اس سے مجھے کچھ بھی مدد نہیں ملتی۔"

سچ مچ یہ حالت دل کو پگھلا دینے والی ہے۔ بہت سے اشخاص کی بعینہ یہی حالت رہتی ہے۔ لیکن جب تک دل کے اندر ان خیالات کے ساتھ جنگ جاری رہتی ہے۔ تب تک خوف کی کوئی بات نہیں۔ اگر آنکھ قصوروار ہے۔ تو اسے بند کر لینا چاہئے۔ کان قصوروار ہوں۔ تو انہیں بھی روئی سے بند کر دینا چاہئے۔ آنکھ نیچے کی طرف کر کے چلنا سب سے بہتر ہوتا ہے۔ اس طرح دوسری طرف دیکھنے کا موقعہ ہی نہیں ملے گا۔ جہاں فحش باتیں ہو رہی ہوں۔ فحش گیت گائے جا رہے ہوں۔ وہاں سے اٹھ کر بھاگ آنا چاہئے۔ اپنی لذت پر بھی خوب قابو رکھنا چاہئے۔"

میرا ذاتی احساس یا تجربہ تو یہ ہے۔ کہ جو ذائقے یا لذت کو نہیں جیت سکا وہ نفسانیت پر فتح نہیں پا سکتا۔ ذائقے پر فتح حاصل کرنا بہت مشکل ہے

لیکن جب اس پر فتح حاصل ہوجاتی ہے۔ تب بھی دوسری فتح حاصل ہونی ممکن ہے۔ ذائقے پر فتح حاصل کرنے کے لئے پہلا سادہن تو یہ ہے۔ کہ مصالحوں کا پورے طور پر جتنا ممکن ہو تیاگ کیا جائے۔ دوسرا سادہن اس سے زیادہ زوردار ہے۔ وہ یہ کہ اس خیال کو ہمیشہ تقویت دی جائے۔ کہ ہم ذائقے کی پیاس بجھانے کیلئے نہیں۔ بلکہ زندگی کی حفاظت کرنے کے لئے کھانا کھاتے ہیں۔ ہم لذت کے لئے ہوا استعمال نہیں کرتے۔ بلکہ سانس لینے کے لئے۔ پانی ہم صرف پیاس بجھانے کے لئے پیتے ہیں۔ اس طرح کھانا بھی صرف بھوک مٹانے کیلئے کھاتے ہیں۔ ہمارے ماں باپ بچپن سے ہی اس کے برعکس عادات ڈال دیتے ہیں۔ ہماری پرورش کے لئے نہیں۔ بلکہ اپنا پیار جتلانے کے لئے وہ طرح طرح کے لوازمات چکھا کر ہمیں تباہ کر ڈالتے ہیں۔ ایسی باتوں کی ہمیں مخالفت کرنی چاہئے۔ لیکن نفسانی جذبات پر فتح حاصل کرنے کے لئے سنہری طریقے یا سادہن رام نام اور اسی قسم کے دوسرے منتروں کا جاپ ہے دوادش منتر بھی یہی کام کر سکے گا۔ جس کا جیسا ارادہ ہو اسے اسی قسم کے منتر کا جاپ مفید ہوگا۔ جس منتر کا جاپ ہمیں کرنا ہو۔ اس میں پورے طور پر ہمیں محو ہو جانا چاہئے اگر منتر جاپ کے وقت ہمارے دل میں دوسری طرح کے خیالات آئیں۔ تو بھی جو بھگتی کے جاپ کرتا رہے گا۔ اسے آخر کار کامیابی ضرور حاصل ہوگی اس میں ذرا بھی شک نہیں ہے۔ وہ اس کی کامیاب زندگی کی بنیاد بن کر آئندہ آنے والی تمام مصیبتوں سے اس کو محفوظ رکھے گا۔ ایسے پاکیزہ منتروں کا جاپ کسی کو دنیاوی اور مادی فائدہ کے لئے ہرگز نہیں کرنا

چاہیئے۔ اِن منتروں کی عظمت اپنی نیت کو صاف رکھنے میں ہے۔ اور یہ احساس تو ہر ایک سادہن کرنے والے کو فوراً حاصل ہو جائے گا۔ ہاں اتنا ضرور دھیان رکھنا چاہیئے۔ کہ ان منتروں کو طوطے کی طرح رٹنے سے کچھ فائدہ نہیں ہو سکتا۔ ان میں تو اپنی آتما (روح) کو داخل کرنے کی ضرورت ہے۔ طوطے تو صرف منتر کی طرح بولتے ہیں۔ لیکن ہمیں تو دویک کے ساتھ ان کی تقلید کرنی چاہیئے اچانک آ جانے والے خیالات کی روک تھام کرنے کے ارادہ سے ہی نہیں بلکہ اس آتم وشواس کے ساتھ کہ منتر میں یہ طاقت ہے۔ ہمیں منتر کا جاپ بلاناغہ اور بدستور کرتے رہنا چاہیئے"

---

(۴)

برہم چریہ کے احساس

"اگر میں تمام عورت ذات کو اپنی بہن بیٹی اور ماں کے برابر نہ سمجھتا۔ ان کو قدر کی نگاہ سے نہ دیکھتا۔ تو میرا کام کرنا تو دور رہا۔ میرا زندہ رہنا بھی ناممکن ہو جاتا۔ اگر میں ان کی طرف بُری نگاہ سے دیکھتا تو وہ میری تباہی کا بالکل یقینی راستہ ہوتا۔"

جب میں جنگ بوئیر میں رضا کار کی حیثیت سے بیمار اور زخمی سپاہیوں کی بیمار داری میں مصروف تھا۔ میں نے برہم چریہ کی پابندی کرنے کا مصمم ارادہ کیا ساتھیوں سے بھی میں نے اس کا ذکر کیا۔ ہاں یہ بات مجھے بھی صاف طور پر دکھائی نہیں دیتی تھی۔ کہ ایشور درشن (دیدار حق) کے لئے برہم چریہ کی پابندی لازمی ہے۔ لیکن یہ بات میں اچھی طرح سے جان گیا۔ کہ ملکی خدمات کے لئے اس کی اشد ضرورت ہے۔ میں جانتا تھا۔ کہ اس طرح کی ملکی خدمات میں مجھے دن بدن زیادہ حصہ لینا پڑے گا۔ اور اگر میں عیش و عشرت میں پڑ کر اولاد پیدا کرنے اور اولاد کی پرورش و پرداخت میں لگا رہا۔ تو پورے طور پر میں ملکی خدمات میں زیادہ حصہ نہیں لے سکوں گا۔ میں دو گھوڑوں پر سواری نہیں کر

سکتا۔ اگر میری بیوی اس وقت حاملہ ہوتی۔ تو میں بے فکر ہو کر آج اس کار خدمت میں نہیں کود سکتا تھا۔ اگر برہم چریہ کی پابندی نہ کی جائے۔ تو قبیلے کی ترقی انسان کی اس کوشش کے خلاف ہو جائے گی۔ جو اسے سوسائٹی کی فلاح و بہبود کے لئے کرنی چاہیے۔ لیکن اگر شادی شدہ ہو کر بھی برہم چریہ کی پابندی ہو سکے۔ تو قبیلے کی خدمات سوسائٹی یا قوم کی خدمات کے خلاف نہیں ہو سکتی۔ میں ان خیالات کی لہروں میں بہہ گیا۔ اور برہم چریہ کا عہد لینے کے لئے بے چین ہو گیا! ان خیالات سے میں نے ایک قسم کی خوشی محسوس کی۔ اور میرا حوصلہ بڑھ گیا۔ اس وقت میرے اس ارادہ نے ملکی خدمات کا میدان میرے لئے وسیع کر دیا۔"

فینکس میں پہنچ کر میں نے برہم چریہ کے متعلق اپنے خیالات حسب معمول اپنے ساتھیوں کے گوش گذار کئے۔ سب نے ان کو پسند کیا۔ سب نے برہم چریہ کی ضرورت محسوس کی۔ لیکن سب کو اس کی پابندی بہت مشکل معلوم ہوئی بہت سے اصحاب نے برہم چریہ کی پابندی کرنے کی کوشش بھی کی۔ مجھے اس بات کو تسلیم کرنے میں ذرا بھی انکار نہیں۔ کہ بعض اشخاص کو اس کوشش میں کچھ کامیابی ضرور حاصل ہوئی۔ میں نے اسی وقت عہد کر لیا کہ آج سے زندگی بھر برہم چریہ کی پابندی کروں گا۔ اس عہد کی عظمت اور اس کی دشواریاں میں اس وقت پوری طرح نہیں سمجھ سکا تھا۔ دشواریوں کا احساس تو میں آج کر رہا ہوں۔ ساتھ ہی اس عہد کی عظمت بھی دن بدن زیادہ سمجھنے کے قابل ہوتا جا رہا ہوں۔ برہم چریہ کے بغیر زندگی مجھے خشک اور حیوانات کی سی زندگی معلوم ہوتی ہے۔ حیوانات

قدرتی طور پر آزاد ہیں - لیکن انسانیت اس بات میں ہے - کہ انسان اپنے آپ کو اپنی مرضی کے مطابق اپنے بس میں رکھے - برہم چریہ کی جو تشریح دھرم گرنتھوں (مذہبی کتب) میں کی گئی ہے - اس کے مطالعہ سے مجھے معلوم ہوتا تھا - کہ برہم چریہ کی پابندی کرنے میں بہت مشکلات کا سامنا کرنا پڑتا ہے - بہت سی دشواریاں پیش آتی ہیں - لیکن اب یہ بات دن بدن زیادہ صاف ہوتی جاتی ہے - کہ اس کی پابندی نہایت مشکل نہیں - بلکہ آسان ہے -

وہ برہم چریہ جس سے بہت ہی اہم اور عظیم نتائج نکلتے ہیں - کوئی ہنسی کھیل نہیں ہے - وہ جسمانی چیز نہیں ہے - جسم کو بس کرنے سے تو برہم چریہ کی ابتدا ہوتی ہے - لیکن پاکیزہ برہم چریہ میں تو خیالات تک کی بھی ملاوٹ نہیں ہونی چاہئے - کامل برہم چاری خواب میں بھی برے ارادے نہیں کرتا - جب تک برے خواب آیا کرتے ہیں - خواب میں بھی شہوانی جذبہ طاقت پکڑتا رہتا ہے - تب تک یہ ماننا چاہئے - کہ ابھی برہم چریہ ناقمل ہے -

مجھے تو جسمانی برہم چریہ کی پابندی میں بھی بہت تکلیفات اٹھانی پڑیں اس وقت تو یہ کہہ سکتا ہوں - کہ میں اپنے برہم چریہ کے بارے میں بیخوف ہو گیا ہوں - لیکن اپنے خیالات پر ابھی پورے طور پر فتح حاصل نہیں کر سکا - میں نہیں سمجھتا کہ میری کوشش میں کچھ کسر باقی رہ گئی ہے - لیکن میں ابھی تک نہیں جان سکا - کہ ایسے ایسے خیالات جنہیں ہم پسند نہیں کرتے - کہاں سے اور کس طرح ہم پر چڑھائی کر دیتے ہیں - ہاں اس بات میں ذرا بھی شک نہیں

ہے۔ کہ خیالات کو بھی روک لینے کی کنجی انسان کے پاس ہے۔ لیکن ابھی تو میں اس فیصلہ پر پہنچا ہوں۔ کہ وہ کنجی ہر ایک انسان کو اپنے لئے تلاش کرنی پڑتی ہے ہمارے بزرگ جو تجربات اپنے پیچھے چھوڑ گئے ہیں۔ وہ ہمارے لئے راستہ دکھلانے والے ہیں۔ انہیں ہم مکمل نہیں کہہ سکتے۔ تکمیلیت میرے سمجھ میں صرف پرماتما کی ذات میں ہے۔ اور اس لئے بھگت لوگ اپنی تپسیا (ریاضت) سے فیض حاصل کر رام نام وغیرہ منتر ہمارے لئے چھوڑ گئے ہیں۔"

مجھے کامل یقین ہے۔ کہ اپنے آپ کو پورے طور سے ایشور ارپن (ایشور کی نذر) کئے بغیر خیالات پر کامل فتح کبھی نہیں مل سکتی۔ تمام مذہبی کتب میں میں نے ایسے ہی اقوال کا مطالعہ کیا ہے۔ اپنے برہمچریہ کی لطیف تر پابندی میں اس کی سچائی کا احساس بھی کر رہا ہوں لیکن میری اس چھٹپٹاہٹ کی تھوڑی بہت تاریخ آئندہ آنے ہی والی ہے۔ اس لئے اس فصل کے اختتام پر تو اتنا کہہ ہی دیتا ہوں۔ کہ اپنے اُتساہ (حوصلہ) کے زور میں پہلے پہل تو مجھے اس عہد کی پابندی آسان معلوم ہوئی۔ لیکن ایک بات تو میں نے عہد لیتے ہی شروع کر دی تھی۔ اپنی بیوی کے ساتھ ایک بستر پر سونا چھوڑ دیا تھا۔ اس طرح مرضی یا بغیر مرضی کے جس برہمچریہ کی پابندی سنہ ۱۹۰۰ء سے کرتا چلا آ رہا ہوں۔ اس کا آغاز عہد کی صورت میں سنہ ۱۹۰۶ء کے درمیان میں ہوا۔"

اب مجھے ایک فکر تو یہ لگا کہ قول۔ فعل اور عمل سے برہمچریہ کی پابندی

کس طرح سے ہو؟ اس فکر نے مجھے اپنے خوراک میں زیادہ اعتدال اور زیادہ تبدیلی کرنے کی طرف مائل کیا۔ پھر جو تبدیلی ہی خاص تندرستی کے نقطہ نگاہ سے کرنے لگا۔ اس میں فاقہ اور کم مقدار خوراک نے زیادہ جگہ لے لی۔ جن کے اندر شہوانی جذبات رہتے ہیں۔ ان کی زبان زیادہ لوازمات پسند رہتی ہے بعینہ یہی حالت میری بھی ہوئی۔ نفس اور حواس لذت پر قبضہ کرتے ہوئے مجھے اہم مشکلات کا سامنا کرنا پڑا۔ اور اب بھی میں یہ دعوے نہیں کر سکتا کہ ان دونوں پر میں نے کامل فتح حاصل کر لی ہے۔ میں اپنے آپ کو پیٹو سمجھتا ہوں۔ دوستوں نے جس کو میرا اعتدال مانا ہے۔ اسے کبھی میں نے ایسا نہیں مانا۔ جتنا ضبط یا اعتدال میں رکھ سکا ہوں۔ اتنا اگر نہ رکھ سکا ہوتا تو میں حیوان سے بھی گیا گذرا ہو کر اب تک کبھی کا تباہی کی غار تک پہنچ گیا ہوتا میں اپنی خامیوں کو ٹھیک ٹھیک جانتا ہوں۔ اور کہہ سکتا ہوں۔ کہ انہیں دور کرنے کے لئے میں نے انتہا کوشش کی ہے۔ میں اسی سے اتنے سالوں تک اس جسم کو قائم رکھ سکا ہوں "

اس بات کا علم ہونے۔ نیز اس قسم کی سوسائٹی اچانک مل جانے کے باعث میں نے ایکادشی کے روز پھل آہار یعنی فاقے شروع کئے جنم اشٹمی وغیرہ تیوہاروں کی بھی پابندی کرنے لگا۔ لیکن اعتدال کے نقطہ نگاہ سے پھل آہار (پھلوں کی خوراک) اور ان آہار (اناج کی خوراک) میں بہت فرق دکھائی نہ دیا۔ اناج کے نام سے ہم جن چیزوں کو جانتے ہیں۔ ان میں سے جو رس ملتا ہے وہی پھل آہار (پھلوں کی خوراک) سے بھی ملتا ہے۔ اور عادت

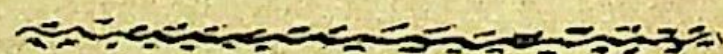
پڑ جانے کے بعد میں نے دیکھا کہ ان سے زیادہ ہی رس ملتا ہے۔ اس باعث ان تیتھیوں یعنی (تیوہاروں) کے دن مکمل فاقہ یا ایک بار کھانا کھانے کو زیادہ عظمت دیتا گیا۔ پھر پرائشچت (کفارہ) وغیرہ کا بھی کوئی موقع مل جاتا۔ تو اس دن بھی ایک بار کھانا کھا لیتا۔ اس سے میں نے یہ محسوس کیا۔ کہ جسم کے زیادہ صاف ہونے سے رسوں کی زیادتی ہوتی ہے۔ بھوک بڑھی اور میں نے دیکھا کہ فاقہ وغیرہ جہاں ایک طرف ضبط یا اعتدال کے سادھن ہیں۔ وہاں دوسری طرف وہ شہوانی کے سادھن بھی بن جاتے ہیں۔ یہ علم ہو جانے پر نیز اس خیال کو تقویت دینے کی غرض سے اسی طرح کے میں نے اور دوسروں نے کتنے ہی تجربے کئے ہیں۔ مجھے تو اگرچہ اپنا جسم زیادہ اچھا اور مضبوط بنانا تھا۔ تاہم اب تو خاص مقصد تھا۔ ضبط میں کمال حاصل کرنا۔ اور رسوں پر فتح پانا۔ اس لئے خوراک کی چیزوں میں اور ان کے طریقہ استعمال میں تبدیلی کرنے لگا۔ مگر رس تو ہاتھ دھو کر پیچھے پڑے رہتے۔ ایک چیز کو چھوڑ کر جب اس کی جگہ دوسری چیز لیتا۔ تو ان میں سے بھی نئے اور زیادہ رس پیدا ہونے لگتے۔ ان تجربوں میں میرے ساتھ میرے دوسرے ساتھی بھی تھے۔ انہوں نے میرے ہر ایک فاقہ میں دن میں ایک دفعہ کھانا کھانے میں نیز دوسری تبدیلیوں میں بھی میرا ساتھ دیا تھا۔ ہم دونوں ان تبدیلیوں کے بارے میں بحث کرتے اور نئی تبدیلیوں میں پرانے رسوں سے بھی زیادہ رس پیتے تھے۔ اس وقت تو یہ رس بہت شیریں معلوم ہوتے تھے۔ یہ نہیں معلوم ہوتا تھا۔ کہ ان میں کوئی بات ناواجب بھی ہے۔ مگر تجربہ نے سکھایا کہ ایسے رسوں میں غوطے کھانا بھی ناواجب تھا۔ اس کے معنی یہ ہوئے۔ کہ انسان کو رس کے

لئے نہیں۔ بلکہ جسم کو قائم رکھنے کے لئے کھانا کھانا چاہئے۔ ہر ایک حواس جب جسم کے ذریعہ روح کے دیدار کے لئے کام کرتا ہے۔ تب اس کے رس فضول ہو جاتے ہیں۔ اور تب ہی ہم کہہ سکتے ہیں۔ کہ وہ عادتاً اپنا کام کرتے ہیں"

ایسی عادت حاصل کرنے کے لئے جتنے تجربے کئے جائیں۔ اتنے ہی کم ہیں اور ایسا کرتے ہوئے اگر بے شمار جسموں کی قربانی دینی پڑے۔ تو ہمیں اس کی پرواہ نہیں کرنی چاہئے۔ ابھی آج کل الٹی گنگا بہہ رہی ہے۔ فانی جسم کو آراستہ کرنے۔ اس کی عمر بڑھانے کے لئے ہم کئی ایک جانداروں کی قربانیاں کرتے ہیں۔ لیکن یہ نہیں سمجھتے۔ کہ ایسا کرنے سے ہمارے جسم اور روح دونوں کو کس قدر نقصان پہنچتا ہے۔ ایک بیماری کو دور کرنے کے ارادے سے حواسوں کے بھوگوں کو بھوگنے کی کوشش کرتے ہوئے ہم نئی نئی بیماریاں پیدا کرتے ہیں اور سب سے بڑھ کر حیرت کی بات تو یہ ہے۔ کہ اس کارروائی کو ظاہرہ طور پر اپنی آنکھوں کے سامنے ہوتے دیکھتے ہوئے بھی ہم اسے دیکھنا نہیں چاہتے"

جو اشخاص برہم چریہ کی پابندی کرنے کا ارادہ رکھتے ہیں۔ انہیں یہاں آگاہ کر دینے کی ضرورت ہے۔ اگرچہ میں نے برہم چریہ کے ساتھ خوراک اور فاقہ کا نزدیکی تعلق بتلایا ہے۔ تاہم یہ فیصلہ شدہ امر ہے۔ کہ اس کی خاص بنا ہمارا دل ہے۔ ناپاک دل فاقہ سے پاک نہیں ہوتا۔ خوراک کا اس پر اثر نہیں ہوتا۔ دل کی غلاظت خیالات سے۔ ایشور دھیان (عبادت آلہی) سے

اور آخر کار توفیق آلہی سے ہی دور ہوتی ہے۔ لیکن دل کا جسم کے ساتھ گہرا اور نزدیکی تعلق ہے۔ بڑی خواہشوں سے لبریز دل اپنے موافق خوراک کی تلاش میں رہتا ہے۔ بُری خواہشوں والا دل کئی طرح کے لوازمات اور بھوگوں کی تلاش کرتا رہتا ہے۔ پھر اس خوراک اور بھوگوں کا اثر دل پر ہوتا ہے۔ اس حد تک خوراک پر قابض ہونے اور فاقہ کرنے کی ضرورت ضرور پیدا ہوتی ہے بُری خواہشوں سے لبریز دل جسم اور حواسوں پر اپنا قبضہ کرنے کی بجائے جسم اور حواسوں کے زیر اثر ہو جاتا ہے۔ اس باعث بھی جسم کے لئے پاک اور کم سے کم بُری خواہشوں کو پیدا کرنے والی خوراک میں رد و بدل کرنے۔ نراہار (بھوکا رہنے اور فاقہ کرنے کی ضرورت محسوس ہوتی ہے۔ اس لئے جو یہ کہتے ہیں۔ کہ ایک ضبط یا اعتدال رکھنے والے کے لئے خوراک کے طریقے میں رد و بدل کرنے یا فاقہ کرنے یا بھوکا رہنے کی ضرورت نہیں ہے۔ وہ اتنے ہی وہم میں مبتلا ہیں۔ جتنے کہ خوراک اور نراہار (بھوکا رہنے) کو سب کچھ سمجھنے والے پڑے ہوئے ہیں۔ میرا تو ذاتی تجربہ مجھے یہ سکھلاتا ہے۔ کہ جس کا دل ضبط یا اعتدال کی طرف رجوع ہو رہا ہے۔ اس کے لئے خوراک کا طریقہ استعمال اور نراہار (بھوکا رہنا) بہت فائدہ مند ثابت ہوتا ہے۔ ان کی مدد کے بغیر دل کا بری خواہشوں سے پاک ہونا غیر ممکن معلوم ہوتا ہے۔"



(۵)

برہم چریہ کی تشریح

"برہم چریہ سے محض زبردست طاقت حاصل کرنا مقصود نہیں اس کے معنی قول، فعل اور عمل سے اپنے حواسوں پر قابو پانا ہے۔ اگر ایسا ہو سکے۔ تو خدا تک رسائی حاصل کرنے یا اپنے نفس پر قابو پانے کا یہ سب سے بڑا سادھن یعنی طریقہ ہے۔"

اچھی طرح غور خوض کرنے اور مصمم ارادہ کرنے کے بعد ۱۹۰۶ء میں میں نے برہم چریہ کا عہد لیا۔ ابھی تک میں نے اپنی بیوی سے اس کے متعلق صلاح نہیں لی تھی۔ ہاں عہد کرتے وقت اس سے مشورہ ضرور لیا۔ اس نے اس کی مخالفت نہیں کی۔ یہ عہد کرتے وقت مجھے سخت مشکل پیش آئی۔ میری طاقت کم تھی۔ مجھے یہ فکر لگا رہتا کہ شہوانی جذبات کو کیوں کر دبا سکوں گا۔ اور اپنی بیوی کے ساتھ رہتے ہوئے بھی شہوانی جذبات سے بالاتر رہنا ایک عجیب بات معلوم ہوتی تھی۔ پھر بھی میں دیکھ رہا تھا۔ کہ وہ میرا صاف فرض ہے میری نیت صاف تھی۔ اس لئے یہ سوچ کر کہ ایشور طاقت اور مدد دینگے میں کود پڑا۔ بیس سال کے بعد اب اس عہد کو یاد کرتے ہوئے مجھے خوشی اور

حیرت محسوس ہوتی ہے۔ ضبط نفس کی کوشش کرنے کا ارادہ تو میرے دل میں ۱۹۰۱ء میں ہی زور پکڑ گیا تھا۔ اور اس کی پابندی میں کر رہا تھا۔ لیکن جو خوشی آزادی کا احساس مجھے اب ہونے لگا ہے۔ وہ مجھے یاد نہیں پڑتا۔ کہ ۱۹۰۶ء سے پیشتر بھی ہوا تھا۔ کہ نہیں۔ کیونکہ اس وقت میں شہوانی جذبات کا غلام تھا۔ ہر وقت ان کے زیر اثر ہو جانے کا خطرہ دامن گیر رہتا تھا۔ لیکن اب شہوانی جذبات مجھ پر سواری کرنے کے ناقابل ہیں۔ بعد ازاں مجھے برہمچریہ کی عظمت کا دن بدن زیادہ احساس ہوتا گیا۔ بلکہ یہ احساس یقین کے درجہ تک پہنچ گیا۔ اور میں اسے بہت اچھی طرح سمجھنے لگا۔"

برہمچریہ کی سولہ آنے پابندی کرنے کے معنی ہیں۔ ایشور کے درشن (دیدار حق) کرنا۔ یہ بات مجھے شاستروں (مذہبی کتب) کے مطالعہ سے نہیں معلوم ہوئی تھی۔ اس کا مجھے آہستہ آہستہ احساس ہوتا گیا۔ اس کے متعلق شاستروں کے اقوال میں نے بعد میں پڑھے۔ مجھے اب روز بروز اس حقیقت کا علم ہوتا جا رہا ہے۔ کہ برہمچریہ سے ہم اپنے جسم۔ اپنے ذہن اور اپنی روح کی حفاظت کر سکتے ہیں کیونکہ اب مجھے برہمچریہ کو ایک کٹھن ریاضت بنائے رکھنے کی بجائے اسے راحت کا سرچشمہ بنانا تھا۔ اسی کے بھروسہ پر کام چلانا تھا۔ اسلئے ہر روز مجھے اسکی نئی نئی خوبیاں دکھائی دینے لگیں جو اس سے اس طرح کے مزے لے رہا تھا۔ اس سے کوئی یہ نہ سمجھے۔ کہ میں اس کی دشواریوں کا احساس نہیں کر رہا تھا۔ آج اگرچہ میری عمر چھپن سال کی ہو گئی ہے۔ پھر بھی اسکی دشواریوں کا احساس ہوتا ہی ہے۔ یہ میں اچھی طرح سمجھتا جاتا ہوں۔ کہ یہ کوئی آسان عہد نہیں ہے اب

بھی مجھے اسے پورے طور پر سمجھنے کی ضرورت محسوس ہوتی ہے۔
برہم چریہ کی پابندی کرنے کے لئے سب سے پہلے حواس ذائقہ پر قابو پانے کی کوشش کرنی چاہیئے۔ میں نے خود تجربہ کر کے دیکھا ہے۔ کہ اگر ذائقے پر کامل فتح حاصل کریں۔ تو پھر برہم چریہ کی پابندی نہایت آسان ہو جاتی ہے۔ اس باعث اس کے بعد میری خوراک کے متعلق تجربے محض نباتاتی خوراک کے نقطہ نگاہ سے نہیں۔ بلکہ برہم چریہ کے نقطہ نگاہ سے ہونے لگے۔ تجربہ سے میں نے محسوس کیا۔ کہ خوراک کم۔ سادہ اور بغیر مرچ مصالحہ کے اور قدرتی شکل میں کھانی چاہیئے۔ میں نے خود ۶ سال تک تجربہ کر کے دیکھا ہے۔ کہ برہم چاری کی خوراک جنگل کے پکے ہوئے پھل ہیں۔ جن دنوں میں ہرے یا خشک جنگلوں کے پھلوں پر گذران کیا کرتا تھا۔ ان دنوں میں شہوانی جذبات سے جس قدر پاک رہا اتنا خوراک میں تبدیلی کرنے کے بعد نہیں رہا۔ ان دنوں جب میں پھل بطور خوراک استعمال کیا کرتا تھا۔ میرے لئے برہم چریہ کی پابندی بہت آسان تھی۔ دودھ استعمال کرنے کی وجہ سے اس عہد کی پابندی میرے لئے دشوار ہو گئی۔ برہم چاری کے لئے دودھ کا استعمال برہم چریہ کے عہد کی پابندی کرنے کی وجہ سے اس عہد کی پابندی کرنے میں رکاوٹ ڈالتا ہے۔ اسمیں شمہ بھر بھی شک نہیں۔ اس سے کوئی یہ مطلب نہ نکال لے۔ کہ برہم چاری کیلئے دودھ ترک کرنا نہایت ضروری ہے خوراک کا اثر برہم چریہ پر کیا اور کتنا پڑتا ہے اس بارے میں ابھی کئی تجربوں کی ضرورت ہے۔ دودھ کی مانند جسم کے رگ و ریشہ کو مضبوط بنانے والی اور اتنی ہی آسانی سے ہضم ہو جانے والی نباتاتی خوراک اب تک میرے

ہاتھ نہیں لگی۔ نہ کوئی حکیم یا ڈاکٹر ایسے پھل اور اناج ہی بتلا سکتے ہیں۔ اس باعث دودھ کو شہوانی جذبات پیدا کرنے والا جانتے ہوئے بھی میں اس کے ترک کرنے کی کسی سے شفارس نہیں کر سکتا۔

جس طرح حاجی تدبیروں سے خوراک کی قسم (اس کا طریقہ استعمال اور مقدار مقرر کرنا) ضروری ہے۔ اسی طرح فاقہ یا روزہ کی بات بھی سمجھنی چاہیئے حواسوں کی خواہشات اتنی قوی ہیں۔ کہ چاروں طرف سے اوپر نیچے۔ ہر چہار طرف سے جب ان کے گرد گھیرا ڈالا جاتا ہے۔ تب ہی وہ قبضے میں رہتی ہیں سب لوگ اس بات کو جانتے ہیں۔ کہ خوراک کے بغیر وہ اپنا کام نہیں کر سکتیں اس لئے اس بات میں مجھے ذرا بھی شک نہیں۔ کہ حواسوں کو بس میں کرنے کی غرض سے اپنی مرضی مطابق کئے ہوئے فاقوں سے ان کو قابو میں لانے میں بڑی مدد ملتی ہے۔ بعض لوگوں کو اس مقصد میں ناکامی حاصل ہوتی ہے کیوں؟ اس کی وجہ یہ ہے۔ کہ وہ یہ مان لیتے ہیں۔ کہ محض فاقہ ہی سے تمام کام پایۂ تکمیل تک پہنچ جائے گا۔ وہ ظاہر طور پر فاقوں سے کام لیتے رہتے ہیں۔ مگر ان کے دل کے اندر ۵۶ قسم کے لوازمات کا خیال بدستور قائم رہتا ہے۔ وہ روزہ کے دنوں میں ان خیالات کے مزے لیا کرتے ہیں۔ کہ روزہ کھولنے پر یا برت پر وہ کیا کیا کھائیں گے۔ اور پھر شکایت کرتے ہیں۔ کہ وہ نہ تو جیبھ لذت کو قابو میں لا سکے ہیں۔ اور نہ شہوانی جذبات کو۔ در اصل روزہ یا برت سے فائدہ تب ہی ہوتا ہے۔ جب دل بھی جسم کو قابو میں لانے کی کوشش میں ساتھ دیتا ہو۔ اس کا یہ مطلب نکلا۔ کہ دل میں شہوانی

جذبات کے ترک کرنے کا خیال پیدا ہو جانا چاہیئے۔ شہوانی جذبات کی جڑھ تو دل ہے۔ فاقہ وغیرہ سادھنوں سے ملنے والی امداد بہت ہوتے ہوئے بھی محدود ہوتی ہے۔ یہ بھی کہا جا سکتا ہے۔ کہ فاقہ کرتے ہوئے بھی انسان شہوانی جذبات کے زیر اثر رہتا ہے۔ لیکن فاقہ کے بغیر شہوانی جذبات کا بالکل قلع قمع ہونا غیر ممکن ہے۔ اس لئے فاقہ برہم چریہ کی پابندی کرنے کا ایک ضروری اور لازمی حصہ ہے۔

برہم چریہ کی پابندی کرنے والے بہت سے اشخاص ناکامیاب رہتے ہیں۔ کیونکہ وہ خوراک۔ چلن اور نگاہ وغیرہ میں غیر برہم چاری کی طرح عمل کرتے ہوئے بھی برہم چریہ کی پابندی کرنا چاہتے ہیں۔ یہ کوشش بعینہٖ ویسی ہی ہے جیسی کہ گرمی کے موسم میں سردی کے موسم کو محسوس کرنیکی کوشش کرنا۔ نفس کو بس میں رکھنے والے اور نفس پرست یا شہوت پرست۔ اور تارک الدنیا کی زندگی میں نمایاں حد فاصل ہونا چاہیئے۔ دونوں میں جو مشابہت ہے۔ وہ صرف ظاہری ہے۔ فرق صاف طور سے دکھائی دینا چاہیئے۔ آنکھ سے دونوں کام لیتے ہیں۔ لیکن برہم چاری حق کا دیدار کرتا ہے۔ مگر نفس پرست ناٹک سنیما دیکھنے میں مشغول رہتا ہے۔ کانوں کا دونوں استعمال کرتے ہیں۔ لیکن ایک ایشور بھجن (مناجات آلہی) سنتا ہے۔ اور دوسرا عشقیہ راگوں کو سننے میں خوشی محسوس کرتا ہے۔ شب بیداری دونوں کرتے ہیں۔ لیکن ایک تو بیداری کی حالت میں اپنے خانہ دل میں مقیم رام (خدا) کی حمد و ثنا کرتا ہے۔ اور دوسرا ناچ رنگ کی دھن میں سونے کی یاد

بھی بھول جاتا ہے۔ کھانا دونوں کھاتے ہیں۔ لیکن ایک جسم کی حفاظت کے لئے معدے میں اناج ڈالتا ہے۔ اور دوسرا لوازمات کے لئے جسم میں کئی قسم کی چیزیں ٹھونس ٹھونس کر اسے گندہ کر دیتا ہے۔ اس طرح دونوں کے چلن اور خیالات میں زمین و آسمان کا فرق رہا کرتا ہے۔ اور یہ فاصلہ دن بدن بڑھتا ہی رہتا ہے۔ گھٹتا نہیں۔

برہم چریہ کے معنی قول۔ فعل اور عمل سے نفس پر قابو پانا ہے۔ اس ضبط نفس کے لئے مندرجہ بالا چیزوں کو چھوڑ دینے کی ضرورت ہے۔ یہ بات مجھے ہر روز دکھائی دینے لگی۔ اور آج بھی دکھائی دیتی ہے۔ ترک لذآت کی کوئی حد ہی نہیں۔ جس طرح برہم چریہ کی عظمت کی کوئی حد نہیں ہے۔ ایسا برہم چریہ معمولی کوشش سے حاصل نہیں ہوتا۔ کروڑوں کے لئے تو یہ ہمیشہ ایک مثال کے طور ہی رہے گا۔ کیونکہ محنتی برہم چاری تو ہمیشہ اپنی خامیوں کو دور کرنے کی کوشش کریگا۔ اپنے دل کے کونے کونے میں پنہاں شہوانی جذبات کو ڈھونڈھ نکالے گا۔ اور انہیں نکال باہر کرنے کی ہمیشہ کوشش کرے گا۔ جب تک اپنے خیالات پر اس قدر قبضہ نہ ہو جائے۔ کہ اپنی مرضی کے بغیر ایک بھی خیال نہ آنے پائے۔ تب تک وہ برہم چریہ مکمل نہیں کہا جا سکتا جتنے بھی خیالات ہیں۔ وہ سب ایک طرح کے جذبات ہیں انکو قابو میں لانے کے معنی ہیں۔ دلکو قابو میں لانا۔ اور دل کو بس میں کرنا۔ ہوا کو بس میں کرنے سے بھی زیادہ مشکل ہے۔ اتنا ہونے کے باوجود اگر روح کوئی چیز ہے۔ تو پھر یہ بس میں ہو کر رہے گی راستہ میں بڑی مشکلات کا سامنا

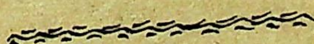
کرنا پڑتا ہے۔ بڑی دشواریاں پیش آتی ہیں۔ اس سے یہ نہ مان لینا چاہیئے۔ کہ ان کو قابو میں نہیں لایا جا سکتا۔ یہ سب سے اعلیٰ مقصد ہے۔ اور اعلیٰ مقصد کیلئے اعلیٰ کوشش کی ضرورت ہو۔ تو اسمیں غیرت کی کونسی بات ہے۔"

مگر ہندوستان آنے پر میں نے دیکھا۔ کہ ایسا برہمچریہ محض کوشش کرنے سے حاصل نہیں ہو سکتا۔ کہہ سکتا ہوں۔ کہ تب تک وہ ہو کے میں ہی تھا کہ محض پھل وغیرہ کھانے سے تمام نفسانی جذبات تباہ ہو جائیں گے۔ اور اسلئے میں نے غرور سے سمجھ رکھا تھا۔ کہ اب مجھے کچھ کرنا باقی نہیں رہا۔ خیر۔ یہاں اتنا لکھ دینا ضروری ہے۔ کہ دیدار حق کرنے کیلئے میں نے جس برہمچریہ کی تشریح کی ہے۔ اس کی پابندی جو کرنا چاہتے ہیں۔ وہ اگر اپنی کوششوں کیساتھ ساتھ ہی ایشور کی ذات پر اعتقاد رکھنے والے بھی ہوں گے۔ تو انہیں مایوس ہونے کا کوئی اندیشہ نہیں ہونا چاہیئے۔

"فاقہ رکھنے والے شخص کے نفسانی جذبات اگر چھوٹ بھی جائیں۔ تو انکی لذت کا اثر نہیں جاتا۔ دیدار حق سے یہ خواہش بھی چھوٹ جاتی ہے۔"

گیتا ادھیائے ۲۔ شلوک ۵۹

اسلئے موکش یعنی نجات حاصل کرنے والوں کا آخری سادھن تو رام نام اور رام نام کی توفیق ہے۔ اس بات کا احساس میں نے ہندوستان آنے پر ہی کیا۔"



(۶)

برہمچریہ میں اعتدال

"برہمچاری کے لئے اپنی زبان پر قابو پانا ضروری ہے۔ اسے زندہ رہنے کیلئے خوراک کھانی چاہیئے۔ نہ کہ عیش وعشرت کرنے کے لئے اسے صرف پاک چیزیں ہی دیکھنی چاہئیں۔ اور ہر ایک ناپاک چیز کے سامنے اپنی آنکھیں بند کر لینی چاہئیں"

بدچلنی کی کئی ایک صورتوں سے افراد۔ قبیلہ۔ سوسائیٹی کو جو زبردست نقصان پہنچ سکتے ہیں۔ ان کا ذکر کرتے ہوئے مسٹر پال بیورو اپنی مشہور کتاب "ٹوورڈ مارل بینکرسٹی" میں انسان کی عادات کے متعلق ایک اہم بات کا انکشاف کرتے ہیں"

انسان وہم میں مبتلا ہو کر یہ تسلیم کر بیٹھتا ہے۔ کہ میرے فلاں فعل سے سوسائیٹی کو کوئی نقصان نہیں پہنچے گا۔ لیکن قدرت کا اصول ایسا ہے۔ کہ نہایت پوشیدہ سے پوشیدہ اور شخصی فعل کا بھی اثر دور دراز تک پڑتا ہے۔ اپنے افعال کو گناہ تسلیم کرنے والے بھی بار بار یہ اعلان کرتے ہیں۔ کہ ان کے فلاں فعل کا سوسائیٹی یا قوم سے کوئی تعلق نہیں ہے۔ وہ گناہ میں اتنے پھنس جاتے ہیں۔ کہ

اپنے گناہ کو گناہ ماننے میں بھی انہیں شک ہونے لگتا ہے۔ اور اسی گناہ کا وہ پرچار بھی کرنے لگتے ہیں۔ مگر گناہ چھپا نہیں رہ سکتا۔ اس گناہ کا زہر تمام سوسائٹی یا افراد میں پھیل جاتا ہے۔ اس کا نتیجہ یہ نکلتا ہے۔ کہ پوشیدہ گناہ سے بھی سوسائٹی کو از حد نقصان پہنچتا ہے۔ تو پھر اس کو روکنے کی تدبیر کیا ہے؟ مسٹر پال بیورو صاف الفاظ میں تبلاتے ہیں۔ کہ اسے اور کسی تدبیر سے نہیں روکا جا سکتا۔ ہاں ایک تدبیر ہے۔ جس سے یہ روکا جا سکتا ہے۔ وہ تدبیر صرف ضبط نفس ہی ہے اس لئے اس بارے میں پبلک رائے کا پیدا کرنا نہایت ضروری ہے۔ کہ غیر شادی شدہ مرد و زن پورے طور سے برہم چاری کی زندگی بسر کریں۔ جو لوگ اپنے نفسانی جذبات پر اتنا قابو نہیں رکھ سکتے۔ ان کیلئے شادی کرنا ضروری ہے۔ اور جو شادی کر چکے ہیں۔ انہیں ایک دوسرے کیساتھ پریم اور بھگتی رکھ کر نہائیت ضبط یا اعتدال کیساتھ اپنی زندگی بسر کرنی چاہیئے"۔

لیکن اکثر لوگ کہا کرتے ہیں۔ کہ برہم چریہ سے مرد و زن کی صحت کو نقصان پہنچتا ہے۔ اور یہ کہنا کہ برہم چاری کی پابندی کرو۔ ان کی شخصی آزادی پر اور اس حق پر کہ وہ اپنی مرضی کے مطابق راحت سے زندگی بسر کریں۔ ناقابل برداشت حملہ کرنا ہے مصنف اس دلیل کا منہ توڑ جواب دیتے ہیں۔ کام واسنا (شہوانی جذبہ) نیند اور بھوک جیسی کوئی چیز نہیں ہے۔ جن کے بغیر انسان زندہ نہ رہ سکے۔ اگر ہم کچھ نہ کھائیں تو کمزور ہو جائیں گے۔ اگر سو نہ سکیں۔ تو بیمار پڑ جائینگے اور اگر پاخانہ کو روکیں تو کئی بیماریاں پیدا ہو جائیں گی۔ لیکن کام واسنا (شہوانی جذبہ) کو ہم خوشی سے روک سکتے ہیں۔ اور اس کو روکنے کی طاقت بھی ہمیں ایشور

نے عطا کی ہے۔ آج کل شہوانی جذبہ قدرتی خواہش کہی جاتی ہے۔ بات یہ ہے کہ آج کل ہماری تہذیب میں کتنی ہی ایسی بھڑکیلی باتیں بھری پڑی ہیں۔ جن سے ہمارے نوجوان لڑکے اور لڑکیوں میں یہ خواہش وقت سے پہلے ہی پیدا ہو جاتی ہے۔

پروفیسر ارسٹلنس کا قول ہے۔ "شہوانی جذبہ اتنا زبردست نہیں ہوتا۔ کہ اس کو تمیز یا نیتی کے زور سے پورے طور سے دبایا نہ جا سکے۔ ہاں ایک نوجوان لڑکے اور لڑکی کو مناسب عمر تک پہنچنے سے پہلے اعتدال یا ضبط سے رہنا سیکھنا چاہئے۔ انہیں یہ جان لینا چاہئے۔ کہ ان کے ضبط نفس کا اجرا نہیں مضبوط جسم اور رفتہ رفتہ بڑھتی ہوئی قوت حوصلہ کی شکل میں ملیگا۔"

اس بات کو جتنی دفعہ دہرایا جائے تھوڑا ہے۔ کہ اس ضبط یا اعتدال سے جس کا تعلق جسم یا سیاست کے ساتھ ہو مکمل برہمچریہ رکھنا ہر طرح سے ممکن ہے۔ اور وشے بھوگ یعنی مباشرت کی تائید نہ تو مندرجہ بالا کسی نقطۂ نگاہ سے کی جا سکتی ہے۔ نہ دہرم (مذہب) کے نقطۂ نگاہ سے۔"

پروفیسر سر لائینل بِل ارشاد فرماتے ہیں۔ "نیک اور مہذب اشخاص کی تمثیلات نے کئی بار ثابت کر دیا ہے۔ کہ اہم سے اہم جذبات بھی سچے اور مصمم دلی ارادے سے نیز بود و باش میں مناسب احتیاط رکھنے سے روکے جا سکتے ہیں۔ جب کبھی ضبط کی پابندی افعال کے ذریعہ سے ہی نہیں بلکہ اسے حسب خواہش عادت میں داخل کر کے کی گئی ہے۔ تب تب اس سے کبھی نقصان نہیں ہؤا۔ پس غیر شادی شدہ رہنا سخت مشکل نہیں ہے۔ لیکن یہ

تب ہی ممکن ہے۔ جب اس سے خیالات کی روروکنے کا کام بھی لیا جائے۔ پاکیزگی کے معنی محض وشے واسنا (شہوانی جذبات) کا روکنا ہی نہیں ہے۔ بلکہ خیالات میں بھی پاکیزگی لانا ہے۔"

سوئٹزرلینڈ کا مشہور سائنس دان جس نے اس مضمون کا بہت مطالعہ کیا ہے۔ اور جو اس کا نہائت مناسب الفاظ میں ذکر کرتا ہے۔ لکھتا ہے۔ ورزش سے ہر ایک قسم کی جسمانی طاقت بڑھتی ہے۔ اس کے برعکس کسی قسم کی بھی بری کارروائی جسمانی طاقت کو تقویت دینے والے اسباب کے اثر کو زائل کر دیتی ہے۔"

شہوانی کے متعلق تمام قسم کی باتیں شہوانی جذبہ کو زیادہ روشن کر دیتی ہیں۔ ان باتوں سے بچنے سے ان کا اثر کم ہو جاتا ہے۔ اور شہوانی جذبات رفتہ رفتہ زائل ہو جاتے ہیں۔ اکثر نوجوان یہ سمجھتے ہیں۔ کہ شہوانی جذبات پر فتح حاصل کرنا ایک غیر معمولی بلکہ ناممکن کارروائی ہے۔ لیکن وہ لوگ جو خود ضبط یا اعتدال سے رہتے ہیں۔ ثابت کرتے ہیں۔ کہ صحت کو نقصان پہنچائے بغیر بھی پاکیزہ زندگی بسر کی جا سکتی ہے۔"

فاضل ربنگ کا قول ہے۔ میں پچیس یا تیس برس کی عمر والے بلکہ اس سے بھی زیادہ عمر رسیدہ اشخاص کو جانتا ہوں۔ جنہوں نے مکمل ضبط یا اعتدال سے کام لیا ہے۔ ایسے لوگوں کو بھی میں جانتا ہوں۔ جنہوں نے اپنی شادی سے پہلے بھی ضبط یا اعتدال سے کام لیا ہے۔ ایسے اشخاص کی کمی نہیں ہے۔ لیکن لوگ اپنی ناموری نہیں چاہتے۔"

میرے پاس ایسے بہت سے طالب علموں کے بیشمار پرائیویٹ خطوط پہنچے ہیں۔ جنہوں نے اس بات پر اعتراض کیا ہے۔ کہ میں نے ان سادھنوں پر زور نہیں دیا۔ جن پر عمل کرنے سے نفسانی جذبات پر فتح حاصل کی جاسکے۔" ڈاکٹر ریبٹن کا قول ہے۔ شادی سے پہلے نوجوان کو کامل ضبط یا اعتدال سے رہنا چاہیئے۔ اور ایسا کرنا ممکن بھی ہے۔"

سرجیمس پیگیٹ کا خیال ہے۔ جس طرح پاکیزگی سے روح کو نقصان نہیں پہنچتا اسی طرح جسم کو بھی کوئی نقصان نہیں پہنچتا۔ حواسوں پر قابو پانا ہی سدا چار یا نیک چلنی ہے۔"

ڈاکٹر پیریٹر کہتے ہیں۔ کامل ضبط یا اعتدال کے بارے میں یہ سوچنا کہ وہ خطرناک ہے۔ محض اپنے آپ کو وہم میں مبتلا کرنا ہے۔ اس وہم کو دور کرنے کی کوشش کرنی چاہیئے۔ کیونکہ نوجوان لڑکے یا لڑکیوں کے دل میں ہی گھر نہیں کرتا۔ بلکہ ان کے والدین کے دل میں بھی۔ نوجوانوں کے لئے برہمچریہ جسمانی روحانی نیز سیاسی تینوں نقطہ نگاہوں سے ان کا محافظ ہے۔"

سرانیڈرو کلارک فرماتے ہیں۔ ضبط یا اعتدال سے کوئی نقصان نہیں پہنچتا اور نہ وہ انسان کے قدرتی ارتقاء کو روکتا ہے۔ بلکہ وہ تو طاقت اور عقل کو تیز کرتا ہے۔ بے اعتدالی یا بے ضبطی سے روح اختیار سے باہر ہو جاتی ہے سستی بڑھتی اور جسم ایسی بیماریوں کا مخزن بن جاتا ہے۔ جو پشت در پشت تک چلی جاتی ہیں۔ یہ کہنا کہ وشے بھوگ (مباشرت) نوجوانوں کی صحت کے لئے ضروری ہے۔ صرف وہم پیدا کرنے والا ہی نہیں۔ بلکہ انکے ساتھ بیرحمی کرنا بھی ہے۔ یہ

بالکل جھوٹا اور نقصان دہ خیال ہے"۔

ڈاکٹر سر ہیڈر رقم طراز ہیں۔ بے ضبطی یا بے اعتدالی کے بُرے نتائج سے ہر کس وناکس آگاہ ہے۔ انہیں یہاں بتلانے کی چنداں ضرورت نہیں۔ لیکن ضبط یا اعتدال کے بُرے نتائج محض خیالی ہیں۔ مندرجہ بالا دونوں باتوں میں سے پہلی بات کی تائید تو بڑے بڑے عالم کرتے ہیں۔ مگر دوسری بات کو ثابت کرنے والا ابھی تک کوئی نہیں ملا"۔

ڈاکٹر مٹنٹو ٹیگزا اپنی ایک کتاب میں لکھتے ہیں۔ برہمچریہ سے ہونے والی بیماریاں میں نے کہیں نہیں دیکھیں۔ عموماً تمام لوگ خصوصاً نوجوان برہمچریہ سے ہونے والے فوائد کا فوراً ہی احساس کر سکتے ہیں"۔

ڈاکٹر ٹو بیو بائے اس بات کی تائید کر کے کہتے ہیں۔ ان آدمیوں کی نسبت جو پشو برتی (حیوانی جذبات) کے پیچھے سے بچنا چاہتے ہیں۔ وہ لوگ نامردی کے زیادہ شکار ہوتے ہیں۔ جو دشے بھوگ (مباشرت) کے لئے اپنے حواسوں کی لگام بالکل ڈھیلی کئے رہتے ہیں"۔ ان کے اس قول کی تائید ڈاکٹر پھیری پورے طور پر کرتے ہیں۔ وہ فرماتے ہیں۔ جو لوگ ضبط نفس کر سکیں۔ وہ برہمچریہ کی پابندی کریں۔ اور اسکے باعث اپنی صحت کے متعلق کسی قسم کا خوف نہ رکھیں وشے واسنا (شہوانی جذبہ) کے پورا ہونے پر ہی صحت کا انحصار نہیں ہے۔

پروفیسر الفریڈ فورنیئر لکھتے ہیں۔ بعض لوگوں نے نوجوانوں کو ضبط نفس کے نتائج کے بارے میں نامناسب اور بے بنیاد باتیں بتلائی ہیں۔ لیکن میں انہیں یقین دلاتا ہوں۔ کہ اگر واقعی ضبط نفس سے کچھ نقصانات ہوتے

ہیں۔ تو میں ان سے ناواقف ہوں۔ اور اگرچہ اپنے کاروبار میں ان کے بارے میں واقفیت پیدا کرنے کا مجھے کوئی موقعہ ملا نتھا۔ تاہم ایک ڈاکٹر کی حیثیت سے ان کی موجودگی یا ہستی کا میرے پاس کوئی ثبوت نہیں ہے۔"

علاوہ ازیں سائیکالوجی (علم جسمانیت) کے ایک ماہر ہونے کی حیثیت سے میں تو یہی کہوں گا۔ کہ تقریباً ۲۱ برس کی عمر کے پہلے دیریہ پوری طرح مضبوط نہیں ہوتا۔ اور نہ وشئے بھوگ (مباشرت) کی ضرورت ہی اس کے پہلے معلوم ہوتی ہے (شہوانی جذبہ) اگر بے احتیاطی سے کی گئی۔ پرورش و پرداخت کا نتیجہ ہے۔ بُری قسم کی پرورش و پرداخت لڑکے اور لڑکیوں میں وقت سے پہلے ہی بُرے جذبات کو تیز کر دیتی ہے۔"

خیر کچھ بھی ہو۔ یہ بات تو فیصلہ شدہ ہے۔ کہ شہوانی جذبات پر قابو پانے سے کسی قسم کے نقصان ہونے کا اندیشہ نہیں ہے۔ نقصان تو کچی عمر میں شہوانی جذبہ پیدا کر کے اس کی سیری کرنے میں ہے۔"

اتنا زبردست ثبوت دینے کے بعد مصنف خاتمہ پر ۱۹۰۲ء شہر برو سیلرز میں دنیا بھر کے ڈاکٹروں کی جو عظیم الشان کانفرنس منعقد ہوئی تھی۔ اس کے پاس کردہ ریزولیوشن کو نقل کرتے ہیں۔"

"نوجوان کو سکھلانا چاہئے۔ کہ برہمچریہ کی پابندی سے ان کی صحت کو کبھی نقصان نہیں پہنچ سکتا۔ بلکہ ڈاکٹری اور سائیکالوجی کے نقطہ نگاہ سے تو برہمچریہ ایک ایسی چیز ہے۔ جس کو زیادہ اہمیت دینی چاہئے۔"

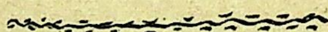
کچھ برس پہلے کسی عیسائی یونیورسٹی کے محکمہ ڈاکٹری کے تمام پروفیسروں

نے اتفاق رائے سے یہ اعلان کیا تھا کہ یہ کہنا بالکل بے بنیاد ہے۔ کہ برہمچریہ صحت کیلئے کبھی نقصان دہ ہو سکتا ہے۔ یہ بات ہم اپنے تجربہ اور علم کی بنا پر کہتے ہیں ہمارے خیال میں اس قسم کی زندگی سے کبھی کوئی نقصان ہوتا پایا نہیں گیا۔"

مصنف نے اس تمام مضمون کا یہ نتیجہ نکالا ہے۔ خیر! آپ یہ اچھی طرح سمجھ گئے ہوں گے۔ کہ بڑے بڑے لیڈر اور سیاست دان پکار پکار کر کہتے ہیں کہ شہوانی جذبہ بھی نیند اور بھوک کی مانند کوئی ایسی چیز نہیں ہے۔ جس کا پورا ہونا لازمی امر ہے۔ یہ دوسری بات ہے۔ کہ اس میں کچھ غیر معمولی مشکلات ہوں۔ لیکن تمام مرد و زن کے لئے بغیر کسی دشواری یا تکلیف کے برہمچریہ کی پابندی کرنا آسان ہے۔ برہمچریہ سے تو کبھی کوئی بیماری نہیں ہوتی۔ ہاں اس کے برعکس بے ضبطی یا بے اعتدالی سے بہت سے خطرناک امراض ضرور پیدا ہو جاتے ہیں لیکن اگر ہم لمحہ بھر کے لئے یہ بھی مان لیں۔ کہ ویریہ رکھشا (حفاظت منی) سے مرض ہوتا ہو تو بھی قدرت نے ہی انسان کی صحت برقرار رکھنے یا اس کی حفاظت کے لئے ضرورت سے زیادہ طاقت کے لئے ویریہ کے قدرتاً گر جانے یا ماسک دہرم (ماہواری حیض) کے ذریعہ رج۔ ویریہ کے نکل جانے کا راستہ تیار کر دیا ہے۔"

اس لئے ڈاکٹر ویری کا یہ قول بالکل درست ہے۔ یہ سوال درحقیقت ضرورت یا عادت کا نہیں ہے۔ یہ بات ہر کس و ناکس جانتا ہے۔ کہ اگر بھوک کی خواہش نہ مٹے یا سانس بند ہو جائے۔ تو کون کون سے برے نتائج نکل سکتے ہیں لیکن کوئی مصنف یہ نہیں لکھتا کہ تھوڑے عرصہ کیلئے یا زیادہ

عرصہ کے لئے کسی بھی قسم کے ضبط یا اعتدال کے نتیجہ کے طور پر فلاں چھوٹی یا بڑی کسی بھی قسم کی بیماری ہو سکتی ہے۔ اگر ہم دنیا بھر کے برہم چاریوں کی طرف دیکھیں تو ہم کو پتہ چلیگا۔ کہ وہ کسی سے نہ تو روحانی طاقت میں کم نہیں ہیں۔ وہ اگر شادی کریں۔ تو گرہست دھرم (خانہ داری) کے فرائض کی پابندی میں بھی وہ دوسروں سے کسی حالت میں بھی کم نہیں پائے جائیں گے۔ جو بری اس طرح آسانی سے روکی جا سکتی ہے۔ وہ نہ تو ضروری ہے۔ اور نہ عادتاً ہی۔ وشے ترپتی (مباشرت کی خواہش کا پورا ہونا) کوئی ایسی چیز نہیں ہے۔ جو انسان کے جسمانی ارتقا کے لئے ضروری ہو۔ بلکہ یہ بات تو اس کے عین برعکس ہے۔ جسم کے معمولی ارتقا کے لئے پورے ضبط یا اعتدال کی پابندی نہایت ضروری ہے۔ اس لئے عمر رسیدہ نوجوان برہمچریہ کے ذریعہ جتنی زیادہ طاقت بڑھا سکیں۔ ان کے لئے اتنی ہی فائدہ مند ہے۔ کیوں کہ ان میں بچپن کی نسبت مرض کو روکنے کی طاقت بہت کم ہوتی ہے۔ اس ارتقا کے زمانے میں جبکہ جسم اور دل کمالیت کی طرف بڑھتے ہیں۔ قدرت کو بہت کوشش کرنی پڑتی ہے۔ خیر! ایسے مشکل وقت میں کسی بھی بات کی زیادتی بری ہے۔ لیکن خاص طور سے مباشرت کی خواہش تو نقصان دہ ہی ہے۔"



(۷)

برہم چریہ کے سیاسی فوائد

"آدرش برہم چاری کو نفسانی جذبات یا اولاد پیدا کرنے کی خواہش سے دو چار ہونا یعنی جنگ نہیں کرنا پڑتا۔ یہ اسے کبھی بھی تکلیف نہیں دے سکتے۔ تمام دنیا اس کیلئے وسیع پریوار ہوگی۔ اور وہ اپنے تمام کوششوں کو بنی نوع انسان کی تکلیفوں کو رفع کرنے کے لئے لگا دیگا۔ اولاد پیدا کرنے کی خواہش اس کیلئے قابل عزت چیز ہوگی" پروفیسر موٹینگزا کی رائے ہے"

کہ برہم چریہ سے کئی فوائد فوراً حاصل ہو جاتے ہیں۔ ان کا احساس یوں تو تمام لوگ کر سکتے ہیں۔ لیکن نوجوان خاص طور سے برہم چریہ سے قوت ذہن قائم اور دیرپا عقل تیز اور قوت ارادہ طاقتور ہو جاتی ہے۔ ان کی تمام زندگی میں ایسی صورت نمایاں ہو جاتی ہے۔ جس کا خیال بھی خود غرض اور اپنی خواہش کے غلام اشخاص کو کبھی نہیں ہو سکتا۔ برہم چریہ زندگی میں ایسی خاص خوبصورتی اور مسرت بھر دیتا ہے۔ کہ جس سے تمام دنیا نئے اور عجیب رنگ میں رنگی ہوئی دکھائی دیتی ہے۔ اور وہ خوشی ہر روز نئی معلوم ہوتی ہے۔ ادھر نوجوان

برہم چاریوں کی بشاشت - دلی راحت - اور جلال ——— ادہر حواسوں کے غلاموں کی بے چینی - بے قراری - اور ناتندرستی میں کتنا زمین آسمان کا فرق ہوتا ہے - بھلا حواسوں کے بس میں کرنے سے بھی کوئی بیماری ہوئی .... کبھی سنی گئی ہے - لیکن حواسوں کے قابو سے باہر ہو جانے سے جو بیماریاں ہو جاتی ہیں - انہیں کون نہیں جانتا - جسم تو سٹر ہی جاتا ہے - ہمیں یہ نہ بھولنا چاہئیے کہ اس سے بھی برا نتیجہ انسان کے دل - دماغ - جگر اور معدہ پر ہوتا ہے خود غرضی کا پرچار - حواسوں کا چنچل پن - چلن کی تنزلی ہی تو ہر جگہ سننے میں آتی ہے -

اتنا ہونے کے باوجود جو لوگ ویریہ کے ضائع ہونے کو ضروری مانتے ہیں - اور کہتے ہیں - کہ ہمیں جسم کا من مانا استعمال کرنے کا پورا اختیار ہے ضبط یا اعتدال کی قید لگا کر آپ ہماری آزادی پر حملہ کرتے ہیں - انہیں جواب دیتے ہوئے مصنف لکھتے ہیں - کہ سوسائیٹی کی ترقی کیلئے یہ بندش ضروری ہے" ان کی رائے ہے - کہ سوسائیٹی کے لیڈر کیلئے افعال کے ایک دوسرے کے موافق یا غیر موافق ہونے کا نام ہی زندگی ہے - ان افعال کا آپس میں ایسا غیر یقینی اور نامعلوم تعلق ہے - کہ کوئی ایک بھی ایسا فعل نہیں ہو سکتا - جس کی کہیں الگ ہستی ہو - تمام جگہ اس کا اثر پڑے گا - ہمارے پوشیدہ سے پوشیدہ افعال - خیالات - اور دلی ارادوں کا ایسا گہرا اور زبردست اثر پڑ سکتا ہے - کہ ہمارے لئے اس کا تصور کرنا بھی ناممکن ہے - یہ کوئی ہمارا اپنا قائم کردہ اصول نہیں ہے - یہ تو انسان کی عادت ہے ——— اس کی سیرت ہے - انسان کے تمام افعال میں اس اٹوٹ یا لازوال تعلق کا خیال نہ کرکے کبھی کبھی سوسائیٹی

بعض معاملات میں افراد کو آزاد بنا دینا چاہتی ہے۔ لیکن اس آزادی کو چلن کی شکل دینے سے ہی وہ فرد اپنے کو ادنےٰ درجہ کا بنا لیتا ہے ۔۔۔ وہ اپنی عظمت کھو دیتا ہے۔"

اس کے بعد مصنف نے یہ دکھلایا ہے۔ کہ جب ہمیں سب جگہ سڑک پر تھوکنے تک کا اختیار نہیں ہے۔ تو بھلا ویریہ جیسی عظیم طاقت کا من مانا خرچ کرنے کا اختیار ہمیں کہاں سے مل سکتا ہے۔ کیا یہ فعل ایسا ہے۔ جو مندرجہ بالا بتلاتے ہوئے تمام افراد کے آپس کے اٹوٹ یا لازوال تعلق سے الگ ہو سکے۔ سچ پوچھو تو اس کی عظمت کے باعث تو اس کا اثر اور بھی گہرا ہو جاتا ہے۔ مان لو۔ ابھی ایک نوجوان اور ایک لڑکی نے یہ تعلق کیا ہے۔ وہ سمجھتے ہیں کہ اس میں وہ آزاد ہیں۔ اس کام سے اور کسی کو کچھ مطلب نہیں ۔۔۔ وہ صرف ان دونوں کا ہی ہے۔ وہ اپنی آزادی کے بھلاوے میں پڑ کر یہ سمجھتے ہیں۔ کہ اس کام سے سوسائٹی کا نہ تو کوئی تعلق ہے۔ اور نہ سوسائٹی کی اس پر کچھ پابندی ہی ممکن ہے۔ لیکن یہ ان کا لڑکپن ہے۔ وہ نہیں جانتے کہ ہمارے پوشیدہ اور ذاتی افعال کا نہایت دور کے افعال پر بھی کیسا خطرناک اثر پڑتا ہے۔ کیا اس طرح تم سوسائٹی کو تباہ کرنا چاہتے ہو۔ تم چاہو یا نہ چاہو۔ لیکن جب تم محض راحت کیلئے خواہ وہ چند روزہ ہو یا کچھ عرصہ کیلئے جنم کا تعلق قائم کرنے کا حق دکھلاتے ہو۔ تو تم سوسائٹی کے اندر فرق اور مخالفت کے بیج ڈالتے ہو ہماری خود غرضی یا اپنی مرضی مطابق کام کرنے سے ہماری قومی حالت بگڑ ہی تو رہی ہے۔ ہی لیکن تمام سوسائٹیوں یا قوموں میں ایسا ہی سمجھا جاتا ہے کہ

اولاد پیدا کرنے والی طاقت کے بے جا یا بجا استعمال کرنے سے جو ذمہ داری آپڑتی ہے اسے سب کوئی خوشی کے ساتھ برداشت کرینگے۔ اس ذمہ داری کو بھول جانے سے ہی آج سرمایہ اور محنت۔ مزدوری اور وراثت لگان اور فوجی خدمات قائم مقامی کے اختیارات وغیرہ پیچیدہ معاملات کا ظہور ہوا ہے۔ اس ذمہ داری کو تسلیم نہ کرنے سے یکبارگی ہی وہ فرد سوسائٹی کے تمام سنگٹھن (رشتہ اخوت) کو مٹی میں ملا دیتا یا درہم برہم کر دیتا ہے۔ اور اس طرح دوسرے کا بوجھ بھاری کر آپ ہلکا ہونا چاہتا ہے۔ اس لئے وہ کسی چور۔ ڈاکو یا لوٹیروں سے کم نہیں کہا جا سکتا اپنی اس جسمانی طاقت کے بجا استعمال کے لئے بھی سوسائٹی کے سامنے ہم ویسے ہی جواب دہ یا ذمہ دار ہیں جیسے اپنی اور طاقتوں کے لئے ہماری سوسائٹی اس بارے میں غیر مسلح ہے۔ اور اس لئے اسے ہمارے اپنی تمیز پر ہی اس کے مناسب استعمال کا بوجھ رکھنا پڑتا ہے۔ اور اس باعث اسکی جواب دہی یا ذمہ داری تو کچھ اور بھی بڑھ جاتی ہے۔

آزادی کی ظاہرہ شکل تو راحت دہ معلوم ہوتی ہے۔ لیکن اصل میں وہ ایک بوجھ سا ہے۔ اس کا احساس تمہیں پہلی دفعہ ہی ہو جاتا ہے تم سمجھتے ہو کہ دل اور تمیز دونو ایک ہیں۔ اگرچہ دونو میں تمہاری ہی طاقت رہتی ہے۔ لیکن اکثر دونوں میں بہت فرق دیکھا جاتا ہے۔ وقت پر تم کس کے حکم کی تعمیل کروگے؟ اپنی عقل تمیز کے ارشاد کو یا نیچ سے نیچ نفسانی جذبہ کے حکم کو۔ اگر نفسانی جذبہ پر تمیز کی فتح ہونے میں ہی سوسائٹی کی ترقی ہے۔ تب تو انہیں ان دونوں میں سے ایک بات کو چن لینے میں کوئی مشکل نہ ہوگی

لیکن تم یہ کہہ سکتے ہو۔ تو میں جسم اور روح دونو کی ایک دوسرے کیساتھ ساتھ ترقی چاہتا ہوں۔ درست۔ مگر یہ بھی یاد رکھو۔ کہ روح کی تھوڑی سی ترقی کیلئے بھی کچھ نہ کچھ اعتدال یا ضبط تو تمہیں کرنا ہی پڑے گا۔ پہلے اس شہوانی جذبات کو تباہ کردو۔ تو بعد میں تم جو چاہو گے ہو سکو گے" مسٹر گیبریل سلیمس کہتے ہیں۔ ہم بار بار کہتے ہیں۔ کہ ہم آزادی چاہتے ہیں ـــ ہم آزاد ہوں گے۔ لیکن ہم نہیں جانتے۔ کہ یہ آزادی فرائض کی کیسی کڑی زنجیر بن جاتی ہے۔ ہمیں یہ نہیں معلوم۔ کہ ہماری اس نقلی آزادی کے معنی ہیں۔ حواسوں کی غلامی۔ جس سے ہمیں نہ تو کبھی تکلیف کا احساس ہوتا ہے۔ اور اس لئے نہ کبھی ہم اس کی مخالفت ہی کرتے ہیں"

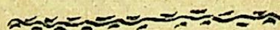
ضبط یا اعتدال میں امن ہے۔ اور بے ضبطی یا بے اعتدالی تو بے امنی جیسے قوی دشمن کا گھر ہے۔ شہوانی جذبات یوں تو تمام وقتوں میں تکلیف دہ ہو سکتے ہیں۔ لیکن عالم شباب میں تو یہ بہت بڑی بیماری ہماری عقل کو خراب کر دیتی ہے۔ جس نوجوان کا کسی عورت سے پہلے پہل تعلق پیدا ہوتا ہے۔ وہ نہیں جانتا کہ وہ اپنی سیاسی۔ روحانی اور جسمانی زندگی کی ہستی کے ساتھ کھیل کر رہا ہے اسے یہ بھی نہیں معلوم کہ اس کے اس فعل کی یاد اسے بار بار آ کر ستائے گی اور اسے اپنے حواسوں کی بہت بری غلامی کرنی پڑے گی۔ کون نہیں جانتا کہ ایک سے ایک اچھے لڑکے جن سے مستقبل میں بہت کچھ امید کی جا سکتی تھی۔ تباہ ہو گئے۔ اور ان کی گراوٹ کا آغاز ان کی پہلی دفعہ کے سیاسی تنزلی سے ہوا تھا"

انسان کی زندگی اس برتن کی مانند ہے۔ جس میں تم اگر پہلے قطرے میں ہی غلاظت چھوڑ دیتے ہو۔ تو پھر لاکھ پانی ڈالتے رہو۔ تمام غلیظ ہوتا جائیگا۔"

انگلستان کے سائیکالوجی کے مشہور ماہر مسٹر کینڈرک نے بھی تو کہا ہے کام واسنا (شہوانی جذبہ) کی سیری کا انحصار محض سیاسی قصور پر ہی نہیں ہے۔ اس سے جسم کو بھی نقصان پہنچتا ہے۔ اگر اس خواہش کیسامنے تم جھکنے لگو۔ تو یہ زبردست ہو گی۔ اور تمہارے اوپر اور مظالم کرنے لگ جائیگی۔ اگر تمہارا دل قصوروار ہے۔ تو تم اسکی باتیں سنوگے۔ اور اس کی طاقت بڑھاتے جاؤگے۔"

دھیان رکھو کہ شہوانی جذبہ کی ہر ایک سیری تمہاری غلامی کی زنجیر کی ایک نئی کڑی بن جائیگی۔ پھر تو اس زنجیر کے توڑنے کی طاقت ہی تم میں نہ رہے گی۔ اور اس طرح تمہاری زندگی ایک لاعلمی میں کی گئی۔ مشق کے باعث تباہ ہو جائے گی۔ سب سے اعلےٰ تدبیر تو اعلےٰ خیالات کو پیدا کرنا اور تمام افعال میں ضبط یا اعتدال سے کام لینا ہی ہے۔"

ڈاکٹر فرینک لکھتے ہیں۔ شہوانی جذبہ پر دل اور خواہش کا کامل اختیار ہوتا ہے۔ باعث ؟ یہ کوئی لازمی جسمانی ضرورت نہیں ہے۔ یہ تو محض خواہش ہی ہے۔ اس کی پابندی ہم جان بوجھ کر اپنی حسب خواہش کرتے ہیں۔ عادتاً نہیں۔"



(۸)

اکھنڈ برہم چریہ

"میں اپنی مقدور بھر طاقت کے ساتھ اعلان کرتا ہوں۔ کہ عورت اور مرد کے درمیان نفسانی کشش غیر قدرتی ہے۔ شادی کا مطلب زن و مرد ہر دو کے دلوں کو شہوانی جذبات سے پاک کرنا۔ اور انہیں ایشور کے زیادہ نزدیک پہنچانا ہے۔"

اکھنڈ برہم چریہ کے متعلق مسٹر بیورور قم طراز ہیں۔ شہوانی جذبات کی غلامی سے آزادی حاصل کرنے والے بہادروں میں سب سے پہلے ان نوجوان لڑکوں اور لڑکیوں کا نام لیا جاتا ہے۔ جنہوں نے کسی عظیم کام کو پایۂ تکمیل تک پہنچانے کی غرض سے تمام عمر غیر شادی شدہ (کنوارا) رہ کر برہم چریہ کی پابندی کا عہد لے لیا ہے۔ ان کے اس عہد کے مختلف اسباب ہوتے ہیں۔ کوئی تو اپنے یتیم بھائی بہنوں کی خدمت کرنے کی غرض سے بطور والدین کے کام کرتا ہے اور کوئی اپنے علم کی پیاس بجھانے کی غرض سے اپنی زندگی وقف کر دینا چاہتا ہے۔ کوئی بیماروں کی تیمار داری یا دین دکھیوں کی خدمت کرنے کی غرض سے۔ کوئی دھرم یا مذہب کی اشاعت بڑھانے کی غرض سے

کوئی تعلیم حاصل کرنے کی غرض سے ہی اپنی زندگی وقف کر دینے کی خواہش رکھتا ہے۔ اس عہد کی پابندی کرنے کے لئے کسی کسی کو تو اپنے نفسانی جذبات سے جنگ کرنا پڑتا ہے۔ اور کسی کے لئے کبھی کبھی خوش قسمتی سے پہلے ہی سے راستہ صاف دکھائی دیتا رہتا ہے۔ وہ یا تو اپنے دل میں یہ عہد کر لیتے ہیں۔ یا بھگوان کو گواہ بنا لیتے ہیں۔ کہ جو اودیش (مقصد) انہوں نے منتخب کر لیا۔ وہ منتخب کر لیا اب، شادی کا ذکر کرنا بھی عیاشی میں داخل ہوگا۔ ایک دفعہ مائیکل اینجیلو سے جو ایک مشہور مصور تھے۔ کسی نے کہا کہ تم اب شادی کر لو۔ تو اس نے جواب دیا مصوری میری ایسی بیوی ہے۔ جو کسی بھی سوکن کی آمد کبھی برداشت نہیں کر سکتی ہیں اپنے انگریز دوستوں کے احساس کے لئے مسٹر ہوروڈ کے بتلائے ہوئے تقریباً تمام قسم کے اشخاص کی مثال دیکر ان کی اس بات کی تائید کر سکتا ہوں۔ کہ بیشمار احباب نے عمر بھر کے لئے برہم چریہ کی پابندی کی ہے۔ بھارت ورش کو چھوڑ کر اور کسی بھی ملک میں بچپن سے ہی بچوں کی شادی کی باتیں نہیں سنائی جائیں بھارت ورش میں تو ماں باپ کی یہی خواہش رہتی ہے۔ کہ لڑکے کی شادی کر دی جائے۔ اور اس وسیلہ کا مناسب بندوبست ہو جائے۔ جس سے وہ اپنی زندگی خوش اسلوبی سے بسر کر سکے۔ پہلی بات بے وقت میں ہی عقل اور جسم کی تباہی کا باعث ہوتی ہے۔ اور دوسری سے سستی آ کر گھیر لیتی ہے۔ اکثر دوسروں کی کمائی پر زندگی گذارنے کی عادت پڑ جاتی ہے یہاں تک کہ ہم برہم چریہ کی پابندی اور مفلسی منظ[illegible] نے کو انسانیت کے فرائض سے بالاتر سمجھ بیٹھتے ہیں۔ ہم کہنے لگتے ہیں۔ کہ یہ کام تو صرف

یوگی مہاتماؤں سے ہونا ممکن ہے۔ یوگی اور مہاتما تو غیر معمولی انسان ہی ہوتے ہیں۔ ہم یہ بھول جاتے ہیں۔ کہ جو سوسائٹی ایسی گری ہوئی حالت میں ہے۔ اس میں سچے یوگی اور مہاتماؤں کا ہونا ہی ناممکن ہے۔ سداچار (نیک چلنی) کی رفتار اگر کچھوے کی رفتار کی مانند دھیمی اور بے روک ہے۔ تو دراچار (بدچلنی) کی رفتار خرگوش کی مانند تیز رفتار ہے۔ مغربی ممالک سے وبھچار (عیاشی) کا سامان ہمارے پاس بجلی کی سی تیز رفتاری سے دوڑتا چلا آتا ہے اور اپنی دلکش چمک دمک سے ہماری آنکھوں میں چکا چوند پیدا کر دیتا ہے۔ تب ہم راستی کو بھول جاتے ہیں۔ مغربی تاروں کے ذریعہ زندگی کے ہر ایک لمحہ میں جو چیزیں یہاں آتی ہیں۔ ہر روز بدیشی مال سے لدے ہوئے جو جہاز یہاں لنگر انداز ہوتے ہیں۔ ان کے ذریعہ جو چمک دمک یہاں آتی ہے۔ اسے دیکھ کر برہمچریہ کی پابندی کرتے رہنے میں ہمیں شرم تک محسوس ہونے لگتی ہے۔ یہاں تک کہ مفلسی اور سادگی کو ہم گناہ کہنے کو تیار ہو جاتے ہیں۔ لیکن بھارت ورش میں مغرب کا جو نظارہ دکھائی دیتا ہے۔ در اصل مغرب میں وہ ویسا دکھائی نہیں دیتا جنوبی افریقہ کے گورے وہاں پر بود و باش رکھنے والے ہندوستانیوں کو ہی دیکھ کر جس طرح ہندوستانیوں کے چلن کا اندازہ لگانے میں غلطی کھا جاتے ہیں۔ جو اس وہم کے پردے کو دور ہٹا کر اندرونی حالت کا ملاحظہ کر سکتے ہیں۔ وہ دیکھیں گے۔ کہ مغرب میں بھی نیک چلنی اور پاکیزگی کے کچھ چھوٹے سے مگر وسیع چشمے ضرور پائے جاتے ہیں۔ اس ریگستان میں تو ایسے چشمے ہیں۔ جہاں کوئی بھی پہنچ کر زندگی کے پاکیزہ سے پاکیزہ آبحیات کا

گھونٹ پی کر اپنی پیاس بجھا سکتا۔ اور تسکین حاصل کر سکتا ہے۔ وہاں کے باشندے برہمچریہ اور مفلسی کا عہد اپنی حسب خواہش لے کر زندگی بھر اس کی پابندی کرتے ہیں۔ ساتھ ہی وہ کبھی اس عہد کے باعث بھول کر بھی غرور نہیں کرتے۔ اس کا شور نہیں مچاتے۔ وہ یہ سب بڑی حلیمی کے ساتھ اپنے روحانی یا ملکی غرض کے لئے کرتے ہیں۔ لیکن ہم لوگ دھرم (مذہب) کی باتیں اس طرح کیا کرتے ہیں۔ کہ گویا دھرم اور چلن میں کوئی تعلق ہی نہیں ہے۔ اور وہ دھرم بھی صرف ہمالیہ کے گوشہ نشین یوگیوں کے لئے ہی ہے۔ ہماری روزانہ زندگی کے آچار اور دیوہار پر جس دھرم کا کوئی اثر نہ ہو۔ وہ دھرم ایک ہوائی خیال کے سوا اور کچھ نہیں ہے تمام نوجوان مرد و زن کو یہ جان لینا چاہیئے۔ کہ اپنے نزدیکی حلقہ کو پاکیزہ بنانا اور اپنی کمزوری کو دور کر کے برہمچریہ کے عہد کی پابندی کرنا ان کا اولین فرض ہے۔ ان کو یہ بھی سمجھ لینا چاہیئے۔ کہ یہ کام اتنا مشکل نہیں ہے۔ جتنا کہ وہ سنتے چلے آرہے ہیں"

مسٹر بیورو لکھتے ہیں۔ کہ اگر ہم یہ مان بھی لیں۔ کہ شادی کرنا ضروری ہی ہوتا ہے۔ تو بھی تمام مرد نہ تو شادی کر ہی سکتے ہیں۔ اور نہ سب کے لئے یہ ضروری اور واجب کہی جا سکتی ہے۔ علاوہ ازیں بعض لوگ ایسے بھی ہوتے ہیں۔ جن کے لئے برہمچریہ کے عہد کی پابندی کے سوا اور کوئی دوسرا راستہ نہیں ہے۔ بعض لوگ ایسے ہوتے ہیں۔ جو اپنی

تجارت یا مفلسی کے باعث شادی نہیں کرنے پاتے۔ بعض تو شادی نہ کرنے کے لئے اس لئے مجبور ہو جاتے ہیں۔ کہ انہیں اپنے یوگیہ ور بالڑکی نہیں ملتی۔ بعض لوگ ایسے بھی ہوتے ہیں۔ جنہیں کوئی ایسی مرض ہوتی ہے جس کا اثر ان کی اولاد پر پڑ جانے کا خطرہ رہتا ہے۔ علاوہ ازیں اور بھی کچھ اسباب ہوتے ہیں۔ جن سے شادی کا خیال ہی ترک کرنا پڑتا ہے۔ کسی اعلےٰ غرض یا مدعا کو پایۂ تکمیل تک پہنچانے کی غرض سے کم ور مرد و زن کے برہم چریہ کے عہد سے ان لوگوں کو بھی اپنے عہد کی پابندی کرنے میں سہائیتا ملتی ہے۔ جو مجبوراً برہم چاری کی زندگی بسر کرتے رہتے ہیں۔ جو اپنی حسب مرضی برہم چریہ کا عہد لیتا ہے۔ اسے اپنی زندگی کبھی نامکمل نہیں معلوم ہوتی۔ بلکہ وہ تو ایسی ہی زندگی کو اعلےٰ بلکہ حقیقی راحت کی زندگی مانتا ہے۔ کیا شادی شدہ اور کیا غیر شادی شدہ (کنوارے) دو نو طرح کے برہم چاریوں کو ان کے عہد کی پابندی میں اس سے اتساہ ہی ملتا ہے۔ وہ ان کا رہنما بنتا ہے۔"

اس کے بعد مسٹر ہیورو۔ مسٹر فورسٹر کی رائے کا اس طرح اظہار کرتے ہیں۔"

برہم چریہ کا عہد خانہ داری کے لئے بڑا مددگار ہوتا ہے۔ باعث؟ یہ شہوانی جذبہ اور بری خواہشات سے انسان کو نجات دلانے کا ایک نشان ہے۔ اسے دیکھ کر شادی شدہ مرد و زن یہ سمجھتے ہیں۔ کہ وہ باہمی ایک دوسرے کے شہوانی جذبات کی سیری کے سادھن (ذریعے) نہیں ہیں

بلکہ شہوانی جذبہ رکھتے ہوئے بھی وہ آزاد ہیں۔ اور ان کی روح بھی آزاد ہے۔ جو لوگ برہمچریہ کا مذاق اڑایا کرتے ہیں۔ وہ یہ نہیں جانتے۔ کہ اس طرح وہ عیاشی اور کثرت ازدواج کی تائید نہیں کرتے۔ بلکہ اس کے رواج کو زیادہ ترقی دیتے ہیں۔ اگر یہ مان لیا جائے۔ کہ شہوانی جذبہ کی سیری نہایت ضروری ہے۔ تو پھر شادی شدہ مرد وزن سے پاکیزہ زندگی بسر کرنے کی امید کس طرح ہو سکتی ہے۔ وہ یہ بھول ہی جاتے ہیں۔ کہ بیماری سے مجبور ہو کر یا کسی اور وجہ سے کبھی کبھی مرد وزن میں سے ایک کی کمزوری کے باعث دوسرے کے لئے عمر بھر برہمچاری رہنا لازمی طور پر ضروری ہو جاتا ہے۔ اگر اور نقطہ نگاہ سے ہی برہمچریہ کی جتنی ضرورت ہم تسلیم کرتے ہیں۔ اتنی ہی بلندی پر ہم ایک پتنی برت (ایک بیوی کے پابند رہنے کے عہد) کے آدرش کو پہنچاتے ہیں۔"

(۹)

تندرستی کی کُنجی برہمچریہ

"گوشت کا بنا ہوا جسم اکثر کئی ایک بیماریوں کا مخزن ہوتا ہے۔ لیکن اگر ظاہرہ طور پر جسم پر کسی بیماری کے آثار دکھائی نہ دیتے ہوں۔ اور بیماریوں سے مبرّا ہو۔ تو بھی مرض کے کیڑے اور اسی قسم کی دیگر خراب چیزیں اس میں ضرور موجود ہوں گی۔ اس کے برعکس پورے طور سے تندرست جسم ان سب سے محفوظ رہتا ہے۔ اور خراب ہو سکنے والا خون تمام قسم کے امراض کے کیڑوں سے محفوظ رکھنے کی اندرونی طاقت رکھتا ہے۔"

تندرستی کی بے شمار کُنجیاں ہیں۔ اور ان کی ضرورت بھی ہے لیکن تندرستی کی سب سے اعلےٰ کُنجی برہمچریہ ہے۔ اعلےٰ اور اچھی خوراک اور صاف شفاف پانی سے ہم تندرستی حاصل کر سکتے ہیں اور صحت قائم رکھ سکتے ہیں۔ لیکن جس طرح جس قدر ہم جمع کریں۔ اسی قدر ہی ضائع کر دیں تو ہمارے پاس کچھ باقی نہیں رہتا۔ اسی طرح جسقدر تندرستی ہم حاصل کریں

اور اسی قدر ہی ضائع کر دیں۔ تو آپ ہی بتلائیں۔ کہ ہمارے پاس کیا باقی رہ جاتا ہے۔ اس لئے مرد و زن دونوں کو تندرستی کی دولت جمع کرنے کے لئے مکمل برہم چریہ کی ضرورت ہے۔ اس میں کسی کو کچھ بھی شک نہیں ہو سکتا جس نے اپنے ویریہ کی حفاظت کی ہے۔ وہی شخص طاقت ور کہلانے کا مستحق ہے۔"

اب سوال یہ پیدا ہوتا ہے۔ کہ برہمچریہ ہے کیا؟ مرد کا عورت سے اور عورت کا مرد سے مباشرت نہ کرنا ہی برہم چریہ ہے۔ مباشرت نہ کرنے کا یہ مطلب نہیں ہے۔ کہ ایک دوسرے کو مباشرت کی خواہش سے نہ چھوئیں۔ بلکہ اس کا خیال بھی نہ کریں۔ یہاں تک کہ اس کے متعلق خواب میں بھی ذکر نہ کریں۔ مرد عورت کو اور عورت مرد کو دیکھ کر مباشرت کے خیال سے آپے سے باہر نہ ہو جائے۔ قدرت نے ہمیں جو پوشیدہ طاقت عطا کی ہے۔ اس کو بس میں رکھ کر اپنے جسم میں ہی جمع کر کے ہمیں اس کا استعمال اپنی تندرستی بڑھانے کے خیال سے ہی کرنا چاہئے۔ اور یہ تندرستی صرف جسم کی ہی نہیں۔ بلکہ دل۔ دماغ اور عقل کی بھی ہونی چاہئے"

آئیے! اب ذرا دیکھیں۔ کہ ہمارے ارد گرد کیا تماشہ ہو رہا ہے۔ چھوٹے بڑے تمام مرد و زن اکثر اس بحر ہوس میں غوطہ زن ہیں۔ ہم اکثر حواس شہوانی کے غلام بن جاتے ہیں۔ عقل ٹھکانے نہیں رہتی۔ آنکھوں پر پردہ سا پڑ جاتا ہے۔ اور ہم شہوانی کے جذبات سے اندھے ہو جاتے ہیں

شہوانی کے نشہ میں سرشار مرد و زن - لڑکے لڑکیوں کو میں نے پاگلوں کی مانند ادھر ادھر بھٹکتے دیکھا ہے - میرا اپنا تجربہ بھی اس سے مختلف نہیں ہے - جب کبھی بھی میں اس حالت کو پہنچا ہوں - اسی وقت میں اپنی سُدھ بُدھ تک بھول گیا ہوں - یہ چیز ہی ایسی ہے - ایک رتی سُکھ کے لئے ہم من بھر سے زیادہ طاقت ایک لمحہ بھر میں ضائع کر دیتے ہیں نشہ اترنے پر ہم اپنا خزانہ خالی پاتے ہیں - دوسرے روز علی الصبح ہی ہمیں اپنا جسم بھاری معلوم ہوتا ہے - حقیقی راحت حاصل نہیں ہوتی سچا آرام نہیں ملتا - جسم سست معلوم ہوتا ہے - دل ٹھکانے نہیں رہتا پھر اس پہلی حالت پر پہنچنے کے لئے ہم دودھ پیتے ہیں - طاقت بڑھانے والی دوائیاں کھاتے ہیں - اور ویدوں حکیموں کے پاس جاکر ان سے طاقت بڑھانے والی دوائیاں طلب کرتے ہیں - ہمیشہ اس جستجو اور تحقیق میں مصروف رہتے ہیں - کہ کیا کھانے سے شہوانی جذبات بھڑک اٹھیں گے - اور اس طرح دن اور رات ماہ اور سال گذارتے ہم اپنی جسمانی طاقت اور عقل سے بھی خالی ہوتے جاتے ہیں - اور بڑھاپے میں تو بالکل ہی عقل سے خالی ہو جاتے ہیں - لیکن اگر سچ پوچھو تو عقل بڑھاپے میں بجائے کم ہونے کے تیز ہونی چاہئے - ہماری حالت ویسی ہونی چاہئے - کہ اس جسم کے ذریعہ حاصل کئے ہوئے تجربات ہمارے اور نیز دوسروں کے لئے سود مند ہو سکیں - برہم چریہ کی پابندی کرنے والوں کی ایسی ہی حالت رہتی ہے - نہ تو انہیں موت کا خوف رہتا ہے - اور نہ وہ مرتے دم تک ایشور کو ہی بھولتے

ہیں۔ وہ موت کے وقت تکلیف نہیں اٹھاتے۔ وہ ہنستے ہنستے اس فانی جسم کو چھوڑ کر بھگوان کو اپنا حساب دینے چلے جاتے ہیں۔ وہی حقیقی مرد ہیں۔ اور اس کے برعکس مرنیوالے عورت کی مانند ہیں۔ انہی کی تندرستی اصلی سمجھی جاتی ہے۔

ہم اس معمولی سی بات کو بھی نہیں سوچتے۔ کہ اس دنیا میں غرور۔ کینہ شان وشوکت۔ غصہ اور بے صبری وغیرہ اصلی سبب برہمچریہ کا ترک کرنا ہی ہے۔ بس دل کے بس میں نہ رہنے سے اور ہمیشہ بار بار بچوں سے بھی زیادہ کم عقل بن جانے سے واقفیت سے عدم واقفیت سے ہم کون سا قصور نہ کر بیٹھیں گے۔ وہ کون سا گھور پاپ ہوگا۔ جس کے کرنے میں ہم لیت ولعل کرینگے لیکن کیا کسی نے ایسے برہم چاری کو دیکھا ہے؟ بعض لوگ، یہ بھی سمجھتے ہیں۔ کہ اگر تمام لوگ برہم چریہ کی پابندی کرنے لگیں تو دنیا کی تباہی ہو جائے۔ اس بارے میں غور کرنے سے بحث چھڑ جانے کا اندیشہ ہے۔ اس لئے اسے چھوڑ کر یہاں صرف دنیاوی نگاہ سے غور کیا جائے گا۔ ہماری رائے میں ان دونوں سوالوں کے تہ میں ہماری بزدلی اور چھوٹا وہم کام کرتا ہے۔ ہم برہم چریہ کی پابندی کرنی نہیں چاہتے اس لئے اس میں سے نکل بھاگنے کے بہانے تلاش کرتے ہیں۔ برہم چریہ کی پابندی کرنے والے دنیا میں بے شمار موجود ہیں۔ لیکن اگر وہ عام مل جائیں تو ان کی قدر وقیمت ہی کیا رہے؟ ہیرا نکالنے کے لئے سینکڑوں مزدوروں کو زمین کے اندر کانوں میں داخل ہونا پڑتا ہے۔ تب کہیں پتھریلی کنکڑیوں کے ڈھیر سے صرف مٹھی بھر ہیرے

نکلتے ہیں۔ پھر ہمیں برہم چریہ کی پابندی کرنے والے ہیروں کی تلاش میں کس قدر کوشش کرنی چاہئے انہیں پھر خود ہی معلوم ہو جائے گا۔ برہم چریہ کی پابندی کرنے سے اگر دنیا کی تباہی ہوتی ہو تو ہمیں اس سے کیا؟ ہم ایشور تو ہیں نہیں کہ دنیا کا فکر کریں۔ جس نے اسے بنایا ہے۔ وہ اسے سمجھا لے گا۔ یہ دیکھنے کی بھی ضرورت نہیں۔ کہ دوسرے لوگ برہم چریہ کی پابندی کرتے ہیں۔ یا کہ نہیں۔ ہم تجارت۔ وکالت ڈاکٹری وغیرہ پیشہ اختیار کرتے وقت تو کبھی اس بات کا خیال تک نہیں کرتے کہ اگر تمام لوگ تاجر۔ وکیل یا ڈاکٹر ہو جائیں گے تو پھر کیا ہو گا؟ جو مرد و زن برہم چریہ کی پابندی کریں گے۔ انہیں آخر میں وقت کے مطابق ان دونوں سوالوں کا جواب خود بخود مل جائے گا۔"

دنیاوی شخص ان خیالات کے مطابق کس طرح عمل کر سکتا ہے؟ شادی شدہ مرد کیا کریں؟ بال بچوں والوں کو کس طرح عمل کرنا چاہئے۔ قوت شہوانی جنکے بس میں نہیں رہتی۔ وہ کیا کریں؟ اس بارے میں جو سب سے اعلیٰ تدبیر بتلائی جا چکی ہے۔ اس آدرش کو سامنے رکھ کر ہم ٹھیک ویسا ہی یا اس سے کم و بیش کر سکتے ہیں۔ لڑکوں کو جب حروف لکھنے سکھلائے جاتے ہیں۔ تو ان کے سامنے حرف کی اعلیٰ سے اعلیٰ شکل رکھی جاتی ہے وہ اپنی طاقت کے مطابق اس کی ہوبہو یا اس سے ملتی جلتی نقلیں اتارتے ہیں۔ اسی طرح ہم بھی اکھنڈ برہم چریہ کی مثال سامنے رکھ کر اس کی نقل کرتے کرتے مشق کے ذریعہ رفتہ رفتہ اس میں کمالیت حاصل کر سکتے ہیں۔ شادی اگر ہو گئی ہے۔ تو کیا ہوا؟ قوانین قدرت

کے مطابق جب تم دونو کو اولاد پیدا کرنے کی خواہش ہو۔ تب تمہیں برہمچریہ توڑنا چاہیئے۔ جو لوگ اس طرح ارادہ کر کے دو۔ چار۔ چھ سال میں کبھی ایک دفعہ برہمچریہ کے اصول توڑنے کی کوشش کریں۔ وہ بالکل شہوت پرست نہیں بنیں گے۔ اور ان کے پاس ویریہ جیسی بے بہا دولت جمع رہ سکے گی۔ لیکن ایسے مرد و زن شاذ و نادر ہی ملینگے جو صرف اولاد پیدا کرنے کی غرض سے مباشرت کرتے ہیں۔ اور نتیجہ میں ان کی مرضی کے خلاف ان کے ہاں اولاد پیدا ہو جاتی ہے۔ مباشرت کے وقت ہم ایسے اندھے ہو جاتے ہیں۔ کہ مستقبل کا خیال تک بھی نہیں کرتے۔ اس بارے میں عورتوں کی نسبت مرد زیادہ قصوروار ہیں۔ وہ اپنے جوش میں یہ بھی بھول جاتے ہیں۔ کہ عورت کمزور ہے۔ اور اس میں اولاد کی پرورش و پرداخت کرنے کی طاقت نہیں ہے۔ یورپین لوگ تو اس بارے میں حد سے زیادہ تجاوز کر گئے ہیں۔ وہ مباشرت کی غرض پوری کرنے کے لئے اولاد پیدا ہونے کی صورت میں اس کے بوجھ سے بچنے کے لئے طرح طرح کے طریقے استعمال کرتے ہیں۔ وہاں اس بارے میں کئی ایک کتابیں تصنیف کی گئی ہیں۔ وہاں ایسے تاجر بھی موجود ہیں۔ جن کا لوگوں کو یہ بتلانا ہی ایک پیشہ ہے کہ فلاں فعل سے یا فلاں دوائی سے مباشرت کرنے کے باوجود بھی اولاد پیدا نہ ہوگی۔ ہم لوگ ابھی اس گناہ سے پاک ہیں۔ لیکن اپنی عورتوں پر بوجھ لادتے وقت ہم اولاد کے کمزور ویریہ سے خالی۔ پاگل اور کم عقل ہونے کی ذرا بھی پرواہ نہیں کرتے۔ بلکہ اولاد پیدا ہونے پر خدا کا شکریہ بجالاتے ہیں

اپنی اس ناگفتہ بہ حالت کو چھپانے کا ہم نے یہ ایک ڈھنگ بنا لیا ہے۔ کمزور۔ لولی۔ لنگڑی۔ شہوت پرست۔ اور نکمی اولاد کا ہونا۔ خدائی قہر نہیں تو اور کیا ہے؟ بارہ سال کی لڑکی کے ہاں اولاد پیدا ہو۔ اس میں ہمارے ہی خوشیاں منانے کی کون سی بات ہے۔ جس کے لئے ڈھول پیٹے جائیں یا باجے بجائیں۔ ۱۲ سال کی لڑکی کا ماں بن جانا خدائی قہر ہے یا اور کچھ؟ آناً فاناً کے بوئے ہوئے درخت میں جو پھل لگتے ہیں۔ وہ کمزور ہوتے ہیں۔ یہ تمام لوگ جانتے ہیں۔ یہی باعث ہے۔ کہ ہم طرح طرح کی تدبیریں کرتے ہیں۔ تا کہ درخت میں پھل نہ لگ سکے۔ لیکن چھوٹی عمر کی لڑکی اور چھوٹی عمر کے لڑکے سے اولاد پیدا ہونے پر ہم خوشیاں مناتے ہیں۔ یہ ہماری محض نادانی نہیں تو اور کیا ہے؟ ہندوستان میں یا دنیا کے کسی دوسرے حصے میں اگر کمزور بچے چیونٹیوں کی مانند بڑھ بھی جائیں۔ تو ان سے ہندوستان یا دنیا کو کیا فائدہ پہنچے گا۔ ہم سے تو وہ حیوانات ہی اچھے ہیں۔ جن میں نر اور مادہ کی مجامعت تب ہی کرائی جاتی ہے۔ جب ان سے بچے پیدا کرانا مطلوب ہوتا ہے۔"

مجامعت کے بعد حمل کے وقت اور پھر بچے کی پیدائیش کے بعد جب بچہ دودھ چھوڑ کر بڑا نہیں ہو جاتا۔ اتنے عرصہ تک ہمیں بالکل مباشرت نہیں کرنی چاہئے۔ اس عرصہ میں عورت اور مرد دونوں کو برہمچریہ کے عہد کی پابندی کرنی لازمی ہے۔ لیکن ہم اس بارے میں لمحہ بھر بھی غور کے بغیر اپنا کام کرتے ہی چلے جاتے ہیں۔ ہمارا دل کس قدر بیمار ہے۔ اس کو

کہتے ہیں۔ لاعلاج مرض۔ یہ مرض ہمیں موت کے نزدیک لا رہی ہے جب تک موت نہیں آتی۔ ہم پاگلوں کی مانند مارے مارے پھرتے ہیں۔ شادی شدہ مرد و زن کا یہ خاص فرض ہے۔ کہ وہ اپنی شادی کے غلط معنی نہ نکالتے ہوئے اس کے صحیح معنے نکالیں۔ اور جب سچ مچ اولاد پیدا ہی نہ ہو تو خاوندان کی ترقی کی خواہش سے ہی برہمچریہ کے عہد کو توڑیں۔

اس موجودہ قابل رحم حالت میں ہمارے لئے ایسا کرنا سخت مشکل ہے ہماری خوراک۔ ہماری بود و باش۔ ہماری باتیں۔ ہمارے اردگرد کے نظارے تمام ہمارے شہوانی جذبات کے بیدار کرنے والے ہیں۔ ہمارے اوپر شہوانی کا نشہ سوار رہتا ہے۔ ایسی حالت میں ہم اس مرض سے کس طرح نجات حاصل کر سکتے ہیں۔ یہ ایک غور طلب سوال ہے۔ لیکن ایسے شکی مزاج اشخاص کے لئے یہ مضمون نہیں لکھا گیا۔ یہ مضمون صرف انہیں کے لئے ہے۔ جو اس کا بغور مطالعہ کریں۔ اور جو اس میں بتلائی ہوئی ہدائیتوں پر عمل کرنے کو تیار ہوں۔ جو اپنی موجودہ حالت پر صبر کئے بیٹھے ہوں۔ انہیں تو اس مضمون کا پڑھنا ہی بار گراں معلوم ہوگا۔ لیکن جو اپنی اس ناقابل رحم حالت سے گھبرا اٹھے ہوں۔ انہیں کی امداد کرنا اس مضمون کا مدعا ہے۔

مندرجہ بالا مضمون سے ہم یہ بخوبی سمجھ سکتے ہیں۔ کہ ایسے مشکل وقت میں غیر شادی شدہ یعنی کنواروں کو شادی کرنی ہی نہیں چاہئے۔ اور اگر بلفرض محال شادی کئے بغیر کام نہ چلے۔ تو جہاں تک ہو سکے۔ دیر سے

شادی کرنی چاہیئے۔ نوجوانوں کو پچیس سال کی عمر سے پہلے شادی نہ کرنے کا عہد لینا چاہیئے۔ تندرستی حاصل کرنے کے فوائد کو چھوڑ کر اس عہد سے ہونے والے دیگر فوائد کا ہم اس جگہ ذکر نہیں کرتے۔ لیکن تجربہ کر کے ان کا فائدہ تو سبھی اٹھا سکتے ہیں۔"

جو ماں باپ اس مضمون کا مطالعہ کریں۔ ان سے میری یہ درخواست ہے۔ کہ وہ بچپن میں اپنے بچوں کی شادی نہ کریں۔ کیونکہ بچپن میں بچوں کی شادی کرنا انہیں فروخت کر دینے کے مترادف ہے۔ بچپن میں بچوں کی شادی کر دینے سے وہ اپنے بچوں کی بھلائی نہیں دیکھتے۔ بلکہ ایسا کرنے سے ان کی ذاتی غرض پوری ہوتی ہے۔ وہ خود بڑا بننا چاہتے ہیں۔ اپنے عزیز و اقارب میں اپنا نام کمانا چاہتے ہیں۔ لڑکے کی شادی کر کے تماشہ دیکھنا چاہتے ہیں اگر وہ بچے کی بھلائی چاہتے ہوں۔ تو انہیں اسے اعلےٰ تعلیم دلانی چاہیئے۔ ایسی کوشش کرنی چاہیئے۔ جس سے وہ اعلےٰ تعلیم حاصل کر سکے۔ اس کا جسم مضبوط ہو۔ لیکن وہ تو اسے بچپن کی عمر میں گرہستی کے جنجال میں ڈال دیتے ہیں۔ یہ بس یہی ایک سب سے بڑا اپکار ہے۔ جو وہ اپنی اولاد کا کرتے ہیں"

شادی شدہ مرد و زن میں سے ایک کے فوت ہو جانے پر دوسرے کو رنڈیپا یا ودھواپن کی پابندی کرنے میں بھی تندرستی کو ہی فائدہ پہنچتا ہے۔ کئی ایک ڈاکٹروں کی رائے ہے۔ کہ جوان عورت یا مرد کو ویریہ ضائع کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ جب ڈاکٹروں کا آپس میں ہی اس طرح اختلاف ہو۔ تو ڈاکٹری رائے کو اپنے خیال کے مطابق پا کر ایسا سمجھ لینا غلطی

ہیں داخل ہوگا۔ کہ شہوانی میں محو رہنا ہی واجب ہے۔ اپنے اور دوسروں کے احساس جو میں جانتا ہوں۔ ان کی بنا پر میں بیخوف کہتا ہوں۔ کہ تندرستی کی حفاظت کے لئے مباشرت ضروری نہیں ہے۔ بلکہ مباشرت کرنے سے ویریہ کے ضائع ہونے سے تندرستی کو سخت نقصان پہنچنے کا اندیشہ ہے۔ کئی سالوں کی جمع کردہ طاقت تن اور من دونو سے ایک ہی دفعہ کے ویریہ گر جانے سے اتنی زیادہ جاتی رہتی ہے۔ کہ اس کے واپس لانے کے لئے بہت عرصہ درکار ہوگا۔ اور اتنا عرصہ لگانے پر بھی پہلے کی حالت تو آ ہی نہیں سکتی ٹوٹے ہوئے آئینہ کو جوڑ کر اس سے کام بھلے ہی لیں۔ لیکن ہے تو وہ ٹوٹا ہوا ہی ویریہ رکھشا (حفاظت منی) کے لئے صاف ہوا۔ شفاف پانی۔ اور پہلے بتلائی ہوئی ہدائیوں کے مطابق پاک خیالات کی مکمل ضرورت ہے۔"

اس طرح سیاست کا تندرستی کے ساتھ بہت نزدیک کا تعلق ہے کامل سیاست دان ہی مکمل تندرستی حاصل کر سکتا ہے۔ جو شام کا بھولا صبح کو واپس آجائے۔ ایسا سمجھ کر اس مضمون کا بغور مطالعہ کریں گے اور پھر اس پر خوب غور کر کے اس کے مطابق عمل کرنے کی کوشش کریں گے۔ وہ اس کا احساس صاف طور پر کر سکیں گے۔ جنہوں نے قلیل عرصہ کے لئے بھی برہم چریہ کی پابندی کی ہوگی۔ انہیں اپنے جسم اور دل کی بڑھی ہوئی قوت کا احساس ہوا ہوگا۔ ایک دفعہ جس کے ہاتھ یہ پارس پتھر لگ گیا۔ وہ اپنی زندگی کی مانند اس کی حفاظت کرے گا۔ ذرا بھی غفلت کر جانے پر اسے اپنی یہ فحش غلطی معلوم ہو جائے گی۔ میں نے تو برہم چریہ کے بے شمار

فوائد محسوس کئے ہیں۔ غور کرنے اور جاننے کے بعد غلطیاں بھی کی ہیں۔ اور ان کے تلخ پھل بھی چکھے ہیں۔ غلطی سے پہلے کی میرے دل کی اعلےٰ اور اس کے بعد کی قابل رحم حالت کے نقشے آنکھوں کے سامنے پھرا ہی کرتے ہیں۔ لیکن اپنی غلطیوں سے ہی میں نے اس پارس پتھر کی قدر و قیمت سمجھی ہے۔ اب آئندہ اس کے اکھنڈ روپ (لازوال شکل) میں اس کی پابندی کر سکوں گا یا نہیں۔ یہ نہیں جانتا۔ مگر ایشور کی سہائتا سے اس کی پابندی کرنے کی امید ضرور رکھتا ہوں۔ اس سے میرے دل اور جسم کو جو فائدے حاصل ہوتے ہیں۔ انہیں میں دیکھ سکتا ہوں۔ میری خود بچپن میں ہی شادی ہو گئی تھی میں بچپن میں ہی اندھا بنا۔ اور بچپن میں ہی باپ بن کر بہت سالوں کے بعد بیدار ہوا۔ بیدار ہو کر کیا دیکھتا ہوں۔ کہ میں تاریک شب کی گہری تاریکی میں پڑا ہوں۔ میری احساسوں نیز میری غلطیوں سے اگر کوئی ہوشیار ہو گیا یا بچ گیا۔ تو میں سمجھوں گا۔ کہ میری محنت رائیگاں نہیں گئی۔ اور میرا اس فصل کے لکھنے کا مدعا بھی یہی ہے۔ بہت سے لوگ کہا کرتے ہیں۔ اور میں مانتا ہوں۔ کہ مجھ میں اتساہ (حوصلہ) بہت ہے۔ میرا دل تو کمزور مانا ہی نہیں جاتا۔ بعض لوگ تو مجھے ضدی تک سمجھتے ہیں۔ میرے دل اور جسم میں بیماریاں بھی ہیں۔ لیکن اپنے دوست احباب میں میں اچھا تندرست سمجھا جاتا ہوں۔ تقریباً بیس سال تک شہوانی کا غلام رہنے کے بعد بھی جب برہم چریہ کی پابندی سے میں اپنی یہ حالت بنا سکا ہوں۔ تب اگر میں وہ بیس سال بھی برہم چریہ کا پابند رہا ہوتا۔ تو آج

میری کیسی اچھی حالت ہوتی۔ اب بھی میرا حوصلہ بیحد ہے۔ تب تو عوام الناس کی خدمات بجالانے یا اپنی ذاتی غرض پوری کرنے میں اس قدر حوصلہ دکھلاتا کہ میری برابری کرنے والے شاذ و نادر ہی ملتے۔"

اتنا مطلب تو میری اس غلطیوں سے پُر زندگی سے بھی نکالا جا سکتا ہے۔ جنہوں نے اکھنڈ برہمچریہ کی پابندی کی ہے۔ ان کی جسمانی۔ روحانی اور سیاسی طاقت جنہوں نے دیکھی ہے۔ اس کو وہی سمجھ سکتے ہیں۔ قلم بیان کرنے سے قاصر ہے۔"

جنہوں نے اس فصل کا بغور مطالعہ کیا ہے۔ وہ اب سمجھ گئے ہوں گے کہ جہاں شادی شدوں کے لئے برہمچریہ کی پابندی کرنے کی صلاح دی گئی ہے۔ وہاں رنڈے مرد اور ودھوا عورت کو بھی برہمچریہ کی پابندی کرنے کا مشورہ دیا گیا ہے۔ اگر ایسا ہو جائے تو شادی شدہ یا غیر شادی شدہ (کنوارے) عورت یا مرد کو کسی دوسری جگہ مباشرت کرنے کا موقع ہی نہیں مل سکتا۔ غیر عورت سے مباشرت کرنے یا ویشیا پر بُری نگاہ ڈالنے سے کیسے بُرے نتائج نکلتے ہیں۔ ان کا ذکر تندرستی کے مضمون میں نہیں کیا جا سکتا اس کے لئے ایک الگ مضمون کی ضرورت ہے۔ یہ تو دھرم اور پیچیدہ قوانین سیاست کا مضمون ہے۔ یہاں تو صرف اتنا ہی کہا جا سکتا ہے۔ کہ غیر عورت یا ویشیا سے مباشرت کرنے سے انسان۔ سوزاک۔ آتشک۔ وغیرہ نامراد مرض میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ اور ان نامراد بیماریوں سے سڑتے ہوئے نظر آتے ہیں۔ قدرت بھی ان پر اس قدر رحم کرتی

ہے۔ کہ وہ ان لوگوں کو ان کے گذشتہ اعمالوں کی فوراً ہی سزا دے دیتی ہے۔ اس پر بھی وہ آنکھیں بند کئے رہتے ہیں۔ اور اپنی ان نامراد بیماریوں کے علاج کے لئے ویدوں۔ ڈاکٹروں کے ہاں بھٹکتے پھرتے ہیں۔ جس ملک یا شہر میں غیر عورت سے مباشرت کرنے کا خیال ترقی پر نہ ہو۔ اور کسی کو خواب میں بھی ایسا کرنے کا خیال پیدا نہ ہو۔ وہاں پچاس فی صدی ڈاکٹر بے کار ہو جائیں گے۔ یہ نامراد بیماریاں بنی نوع انسان کے گلے اس طرح آ پڑی ہیں۔ کہ بڑے سے بڑے لائق اور تجربہ کار ڈاکٹر بھی یہ کہتے ہوئے سنے گئے ہیں۔ کہ کئی قسم کی دوائیوں کی موجودگی میں بھی اگر غیر عورت سے ناجائز تعلق جاری رہا۔ تو پھر بنی نوع انسان کی تباہی بالکل نزدیک ہے۔ اس قسم کی بیماریوں کی دوائیاں بھی ایسی زہریلی ہوتی ہیں۔ کہ اگر ان سے ایک مرض سے شفا حاصل ہو بھی جائے۔ تو دوسری بیماریاں گھر کر لیتی ہیں۔ اور پشت در پشت تک برابر چلی جاتی ہیں"۔

اب شادی شدہ مرد و زن کو برہم چریہ کی پابندی کی تدبیر بتلا کر اس طویل فصل کو ختم کرتے ہیں۔ برہم چریہ قائم رکھنے کے لئے صرف ورزش شفاف پانی صاف ہوا۔ اور اچھی خوراک کا ہی خیال رکھنے سے کام نہیں چل سکتا۔ بلکہ شادی شدہ مرد و زن کو اپنی بیوی کے ساتھ تنہا رہنا بھی چھوڑنا پڑے گا غور کرنے سے معلوم ہوتا ہے۔ کہ مباشرت کے سوا اور کسی کام کے لئے گوشہ نشینی کی ضرورت ہی نہیں ہوتی شب کو

مرد وزن کو الگ الگ کمروںمیں سونا چاہئے۔ تمام دن دونوں کو پاک دھندوں اور پاکیزہ خیالات میں مصروف رہنا چاہئے۔ جس سے ان کے پاکیزہ خیالات کو تقویت ملے۔ ایسی کتابیں اور ایسے مہاپرشوں کے سوانح حیات کا مطالعہ کرنا چاہئے۔ اس بات کا بار بار ذکر کرنا چاہئے۔ کہ مباشرت میں تو دکھ ہی دکھ ہے۔ جس وقت مباشرت کرنے کا خیال دل میں پیدا ہو۔ اس وقت ٹھنڈے پانی سے نہا لینا چاہئے۔ جسم میں جو تیز آگ ہے۔ وہ اس سے مدہم پڑ جائے گی۔ اور مرد اور عورت کو فائدہ پہنچائے گی۔ اور کئی طرح سے فائدہ بخش شکلیں اختیار کر کے ان کی حقیقی راحت کو ترقی دے گی۔ اگرچہ یہ کام مشکل ہے لیکن اگر تندرستی حاصل کرنے کی خواہش ہو۔ تو ان مشکلات پر فتح حاصل کرنی ہی پڑیگی"

شریمد بھگوت گیتا (تلک ٹیکا)

یہ کتاب گیتا کے ان پریمیوں کے لئے جو اس کو ہر وقت پاس رکھنا چاہتے ہیں۔ بہت مفید ثابت ہوگا یہ اٹھارہ ادھیائے کا شلوک وار نہایت عمدہ سلیس ترجمہ ہے۔ یہ گیتا لوکمانیہ بھگوان تلک کی گیتا رہسیہ سے شلوکوں کا ترجمہ الگ کر دینے سے تیار کیا گیا ہے۔ بھگوان تلک کے گیتا کے متعلق خیالات کو عوام تک پہنچانے اور گیتا جیسی پوتر کتاب کو عوام کے ہاتھوں بہت سستے داموں پہنچا کر پرچار کی غرض سے چھاپا گیا ہے۔ اور قیمت ۵ رکلاں ۴ر

(۱۰)

برہم چریہ کی معمولی صورت

جب تک دل کے برے خیالات کے خلاف جنگ جاری رہتا ہے۔ تب تک خوف کی کوئی وجہ نہیں۔ اگر آنکھ گناہ کی طرف مائل ہو۔ تو اسے بند کر دینا چاہئے۔ اگر کان گناہ کی طرف مائل ہوں۔ تو انہیں بھی روئی سے بند کر دینا چاہئے۔ آنکھیں نیچے کی جانب رکھ کر چلنا سب سے زیادہ بہتر ہے اس طرح دوسری جانب دیکھنے کا موقع ہی نہیں ملے گا۔

آپ چاہتے ہیں۔ کہ میں برہم چریہ جیسے اہم مضمون پر اپنے خیالات کا اظہار کروں۔ کئی مضامین ایسے ہیں۔ جن پر مجھے ینگ انڈیا میں شاذ و نادر ہی لکھنا پڑتا ہے۔ اور وہ بھی کسی خاص سبب سے مجبور ہو کر۔ اور ان پر لیکچر دینے کی تو چنداں ضرورت ہی محسوس نہیں ہوتی۔ کیوں کہ برہم چریہ ایک ایسا اہم مضمون ہے۔ جس کو بذریعہ تقریر سمجھایا نہیں جا سکتا آپ تو برہم چریہ کی عام اور معمولی صورت کے متعلق کچھ سننا چاہتے ہیں اس برہم چریہ کے متعلق نہیں۔ جس کے غیر معمولی معنے تمام حواسوں کو قابو کرنا ہے۔ اس معمولی برہم چریہ کو بھی شاستروں میں بہت مشکل بتلایا گیا ہے۔

یہ بات ۹۹ فی صدی سچ اور درست ہے - اس میں صرف ایک فی صدی کی کمی ہے - اس برہم چریہ کی پابندی ہمیں اس لئے مشکل معلوم ہوتی ہے کہ ہمیں اپنے دیگر حواسوں پر غلبہ نہیں - خصوصاً زبان پر - جس کو اپنی زبان پر اختیار حاصل ہے - یا یوں کہو کہ جس کی زبان اپنے بس میں ہے اس کے لئے برہم چریہ کی پابندی بہت آسان ہو جاتی ہے۔"

علم حیوانات کے ماہروں کی رائے ہے - کہ حیوان جہاں تک برہم چریہ کی پابندی کرتا ہے - انسان وہاں تک بھی نہیں کرتا - اس کی وجہ دیکھنے پر معلوم ہوگی - کہ حیوانات کو اپنی زبان پر پورا پورا غلبہ حاصل ہے - انہوں نے کوشش سے اپنی زبان کو بس میں نہیں کیا - بلکہ عادت سے ہی انہوں نے ایسا کیا ہے - وہ گھاس پر ہی اپنا گذارہ کرتے ہیں - اور وہ بھی صرف پیٹ بھرنے لائق ہی کھاتے ہیں - کھانے کے لئے نہیں جیتے - لیکن ہم لوگ تو اس کے بالکل برعکس کرتے ہیں - مائیں اپنے بچوں کو طرح طرح کے لذیذ کھانے کھلاتی ہیں - وہ اپنی اولاد پر محبت جتلانے کا سب سے اعلےٰ سادھن اسی کو سمجھتی ہیں - اس طرح ہم چیزوں کی لذت بڑھاتے نہیں بلکہ کم کرتے ہیں - لذت تو بھوک میں رہتی ہے - بھوک کے وقت سوکھی روٹی بھی دل پسند اور لذیذ معلوم ہوتی ہے - اور بغیر بھوک کے انسان کو لڈو بھی پھیکے اور بے لذت معلوم ہوتے ہیں - لیکن ہم تو نہ جانے کیا کیا کھا کر پیٹ کو ٹھونس ٹھونس کر بھرا کرتے ہیں - اور پھر کہتے ہیں - کہ ہم سے برہم چریہ کی پابندی نہیں ہو سکتی۔"

ہمیں جو آنکھیں ایشور نے عطا فرمائی ہیں۔ انہیں۔ ہم ناپاک کرتے ہیں۔ اور ان سے ان چیزوں کو نہیں دیکھتے۔ جن کو ان آنکھوں سے دیکھنا چاہیئے ماں گائیتری کیوں نہ پڑھے۔ اور اپنے بچوں کو وہ گائیتری کیوں نہ سکھلائے اس کی چھان بین یا تحقیق کرنے کی بجائے اگر وہ اس کے اصلی مدعا سوریہ اپاسنا (آفتاب کی عبادت) کو سمجھ کر ان سے سوریہ اپاسنا کرا دے تو کتنا اچھا ہو۔ سوریہ کی اپاسنا تو سناتن دھرمی اور آریہ سماجی دونوں ہی کر سکتے ہیں۔ اس طرح میں نے گائیتری منتر کے لطیف معنے آپ کے سامنے رکھے ہیں۔ اس اپاسنا کا مطلب کیا ہے؟ یہی نہ کہ اپنا سر اونچا رکھ کر سوریہ نارائن کے درشن کر کے آنکھ کو شدھ کیا جائے۔ گائیتری کے موجد رشی تھے۔ عالم الغیب تھے۔ انہوں نے کہا۔ کہ طلوع آفتاب میں جو شاعری خوبصورتی۔ لیلا اور ناٹک ہے۔ وہ اور کہیں نہیں دکھائی دے سکتا۔ ایشور جیسا سوتر دھار کسی دوسری جگہ نہیں مل سکتا۔ لیکن آج وہ کون سی ماں ہے۔ جو اپنے بچوں کی آنکھیں دھو کر آسمان کے درشن کراتی ہے بلکہ آج کل تو ماں کے ارادوں میں تو کئی طرح کے مکر و فریب موجود رہتے ہیں بڑے بڑے گھرانوں میں بچوں کو جو تعلیم ملتی ہے۔ وہ ان کو اعلیٰ حاکم بنانے کے لئے ہی دی جاتی ہے۔ لیکن اس بات کا کون خیال کرتا ہے؟ گھر میں جانے بے جانے جو تعلیم بچوں کو اتفاقاً ملتی ہے۔ اس کا اس کی زندگی پر کتنا اثر پڑتا ہے۔ ماں باپ ہمارے جسم کو ڈھانپتے ہیں۔ آراستہ کرتے ہیں۔ لیکن کیا ان سے شوبھا بڑھ سکتی ہے

کپڑے بدن کو ڈھانپنے کے لئے ہیں۔ سردی گرمی سے بچانے کے لئے ہیں۔ آراستہ کرنے کے نہیں۔ اگر بچے کا جسم پتھر جیسا مضبوط بنانا ہو۔ تو جاڑے سے ٹھٹھرانے ہوئے لڑکے کو بجائے اس کے ہم اسے انگیٹھی کے پاس بیٹھنے کو کہیں اسے وسیع میدان میں کھیلنے کو دنے یا کھیت میں کام کرنے کے لئے بھیج دینا چاہئے۔ اس کا جسم مضبوط بنانے کا بس یہی ایک طریقہ ہے۔ جس نے برہمچریہ کی پابندی کی ہے۔ اس کا جسم ضرور ہی پتھر کی مانند مضبوط ہونا چاہئے۔ لیکن ہم تو بچوں کے جسم کو تباہ کر ڈالتے ہیں۔ اسے گھر میں رکھ کر جو بیرونی گرمی پہنچاتے ہیں۔ وہ اس کے جسم کو نازک بنا دیتی ہے۔ اس طرح لاڈ پیار کر کے ہم اس کے جسم کو کمزور بنا دیتے ہیں"۔

یہ تو ہوئی کپڑے کی بات۔ علاوہ ازیں گھر میں کئی قسم کی باتیں کر کے ہم اس کے دل پر بہت بُرا اثر ڈالتے ہیں۔ اس کی شادی کی باتیں کرتے ہیں۔ اور اسی طرح کی چیزیں اور نظارے بھی اس کو دکھلاتے رہتے ہیں۔ رسم ورواج توڑنے کے کئی ایک طریقوں کی موجودگی میں بھی رسم و رواج کی حفاظت ہو جاتی ہے۔ ایشور نے انسان کی اس طرح کی پیدائش کی ہے۔ کہ تنزلی یا گراوٹ کے کئی ایک موقع آتے ہوئے بھی وہ بچ جاتا ہے۔ اگر ہم برہمچریہ کے راستے سے یہ سب روکاوٹیں دور کر دیں تو اس کی پابندی بہت آسان ہو جائے"۔

ایسی حالت کی موجودگی میں بھی ہم دنیا کے ساتھ اپنی جسمانی طاقت کا موازنہ نہ کرنا چاہتے ہیں۔ اس کی دو تدبیریں ہیں۔ ایک

وحشیانہ اور دوسرا مہذبانہ ـــــــ وحشیانہ راستہ ہے ـــــــ
جسمانی طاقت حاصل کرنے کے لئے ہر ایک طرح کی تدبیروں سے کام لینا
ـــــــ ہر ایک طرح کی چیزیں کھانا۔ گئو مانس تک کھانا وغیرہ وغیرہ
میرے لڑکپن کے زمانہ میں میرا ایک دوست مجھ سے کہا کرتا تھا۔ کہ ہمیں
گوشت ضرور کھانا چاہئے۔ ورنہ ہم انگریزوں کی طرح مضبوط توانا نہیں بن
سکیں گے۔ جاپان کو بھی جب دوسرے ملک کے ساتھ سامنا کرنے کا موقع
نصیب ہوا۔ تب وہاں گئو مانس کھانے کا رواج زور پکڑ گیا۔ پس اگر وحشیانہ
طریقہ کے مطابق جسم کو تیار کرنے کی خواہش ہو تو ان چیزوں کا استعمال کرنا ہوگا"
لیکن اگر مہذبانہ طریقے سے جسم کو تیار کرنا ہو۔ تو برہمچریہ ہی ایک
طریقہ ہے۔ جب مجھے کوئی نیشٹک برہمچاری کہتا ہے۔ تب مجھے اپنے
آپ پر رحم آتا ہے۔ اس ایڈریس میں مجھے نیشٹک برہمچاری کہا گیا ہے
مجھے کہنا پڑتا ہے۔ کہ جنہوں نے اس ایڈریس کا مسودہ تیار کیا ہے۔ انہیں
پتہ نہیں ہے۔ کہ "نیشٹک" برہمچاری کسے کہتے ہیں "نیشٹک" برہمچاری
کو نہ تو کبھی بخار آتا ہے۔ اور نہ کبھی اس کے سر درد ہوتا ہے۔ نہ کبھی اسے
کھانسی آتی ہے۔ نہ کبھی اسے اپنڈ سائیٹز ہوتا ہے۔ لیکن جو جسم صاف
اور تندرست ہوگا۔ اس میں یہ قائم نہیں رہ سکے گا۔ جب انتڑیاں
سست پڑ جاتی ہیں۔ تب وہ ایسی چیزوں کو اپنے آپ باہر نہیں
نکال سکتیں۔ میری بھی انتڑیاں سست پڑ گئی ہوں گی۔ اسی
سے میں ایسی کوئی چیز ہضم نہ کر سکا ہوں گا۔ بچہ ایسی کئی ایک

چیزیں کھا جاتا ہے - ماں اس کا کہاں خیال رکھتی ہے - لیکن اس کی اِنتڑیوں میں اتنی طاقت قدرتی طور پر ہی ہوتی ہے - اس لئے میں چاہتا ہوں - کہ کوئی مجھے نیشٹک برہم چاری کہہ کر جھوٹ نہ بولے - نیشٹک برہم چاری کا جلال مجھ سے کئی گنا زیادہ ہونا چاہئے - میں آدرش برہم چاری نہیں ہاں یہ درست ہے - کہ میں ویسا بننا چاہتا ہوں - میں نے تو آپ کے سامنے اپنے احساس کے چند تجربے پیش کئے ہیں - جو برہم چریہ کی حد بتاتے ہیں برہم چریہ کی پابندی کرنے کے یہ معنی نہیں - کہ میں کسی عورت کو نہ چھوؤں لیکن برہم چاری بننے کے معنی یہ ہیں - کہ کسی عورت کو چھونے سے بھی مجھ میں کسی قسم کا نقص پیدا نہ ہو جس طرح ایک کاغذ کو چھونے سے نہیں ہوتا - میری بہن بیمار ہو - اور اس کی تیمارداری کرتے ہوئے برہم چریہ کے باعث مجھے ہچکچاہٹ کرنی پڑے تو وہ برہم چریہ کس کام کا ؟ جس بے نقص حالت کا احساس ہم مردہ جسم کو چھو کر کر سکتے ہیں - اسی کا احساس جب ہم کسی حسین عورت کو چھو کر کر سکیں - تب ہی ہم برہم چاری ہیں - اگر آپ یہ چاہتے ہوں کہ بچہ ویسا برہم چریہ حاصل کرے - تو اس کی مشق کرنے کی عادت آپ نہیں بنا سکتے - ایک برہم چاری ہی بنا سکتا ہے - پھر وہ خواہ میری طرح ادھورا ہی کیوں نہ ہو "

برہم چاری قدرتی سنیاسی ہوتا ہے - برہم چریہ آشرم سنیاس آشرم سے بھی افضل ہے - لیکن اسے ہم نے گرا دیا ہے - اس سے ہمارا گرہست آشرم بھی بگڑا ہے - بان پرست آشرم بھی بگڑا ہے - اور سنیاس آشرم

کا تو نام ہی باقی رہ گیا۔ ہماری کیسی ناقابل برداشت حالت ہوگئی ہے۔

مندرجہ بالا سطور میں جو وحشیانہ راستہ بتایا گیا ہے۔ اس کی تقلید کر کے تو آپ پانچ سو برس کے بعد پٹھانوں کا سامنا نہ کر سکیں گے۔ ہاں اگر مہذبانہ راستہ کی تقلید اگر آج ہو۔ تو آج ہی پٹھانوں کا مقابلہ ہو سکتا ہے کیوں کہ مہذبانہ طریقے سے ضروری روحانی تبدیلی تو ایک لمحہ میں ہو سکتی ہے اور جسمانی تبدیلی کرتے ہوئے صدیاں گذر جاتی ہیں۔ لیکن اس مہذبانہ راستہ کی تقلید ہم سے اسی وقت ہو گی۔ جب ہم میں پورو جنم (گذشتہ جنم) کے نیک اعمال ہوں گے۔ اور ماں باپ ہمارے لئے اس کا مناسب سامان پیدا کریں گے۔"

سیر کشمیر باتصویر

اردو زبان میں اپنے ڈھنگ کی پہلی کتاب اگر آپ سرزمین کشمیر کی سیر کا لطف اٹھانا چاہتے ہیں۔ تو اس کتاب کا ضرور مطالعہ کریں۔ کشمیر کی سیر کرنے والوں کیلئے یہ گائیڈ کا کام دے گی۔ اس میں کشمیر کے متعلق ہر قسم کی واقفیت آپ کو ملے گی۔ تمام قابل دید مقامات کے بلاک فوٹو دیئے گئے ہیں ایک مقام سے دوسرے کا فاصلہ سواری وغیرہ کا انتظام پھل۔ پھول موسم وغیرہ وغیرہ غرضیکہ ہر قسم کی واقفیت بہم پہنچائی گئی ہے۔ تمام حالات چشم دید درج کئے گئے ہیں۔ حجم ۲۵۰ صفحات قیمت عہ۔ رعایتی ۱۲؍

(۱۱)

ویریہ رکھشا حفاظت منی

"جس شخص نے بنی نوع انسان کی تکلیفوں کو اس کی اصلی شکل میں سمجھ لیا ہے۔ وہ جذبات کے کبھی بھی زیرِ اثر نہیں ہو گا۔ وہ قدرتی طور پر اپنے آپ میں طاقت کے چشمے کا احساس کرے گا۔ اور اسے ہمیشہ پاکیزہ صورت میں رکھنے کی سعی کرے گا۔ اس نا چیز طاقت کے باعث دنیا اس کو عزت و قدر کی نگاہ سے دیکھے گی اور وہ بادشاہ سے بھی زیادہ اپنا رسوخ حاصل کرے گا۔"

مسٹر ہیورو کی کتاب پر تنقید کرنے کے باعث میرے پاس جو کئی ایک خطوط آئے ہیں۔ ان کی وجہ سے اس نہائیت اہم مضمون پر خیالات کا اظہار کرنا میرے لئے ضروری ہو گیا ہے۔ ایک مالاباری بھائی لکھتے ہیں "

مسٹر ہیورو کی کتاب پر تنقید کرتے ہوئے آپ نے لکھا ہے۔ دنیا میں ایسی ایک بھی مثال نہیں ملتی۔ کہ برہم چریہ کی پابندی یا طویل عرصہ کے ضبط سے کسی کو کچھ نقصان پہنچا ہو۔ لیکن مجھے اپنے لئے تو تین ہفتہ سے زیادہ دنوں تک ضبط رکھنا تو نقصان دہ ہی معلوم ہوتا ہے۔ اتنے عرصہ کے بعد اکثر

میرے جسم میں بھاری پن نیز دل اور عضو میں بے چینی کا احساس ہونے لگتا ہے جس سے دل بھی چڑچڑا سا ہو جاتا ہے۔ آرام تب ہی ملتا ہے۔ جب مباشرت کے ذریعہ یا قدرت کی نظر عنایت ہونے سے یوں ہی کچھ ویریہ گر جاتا ہے دوسرے روز علی الصبح جسم یا دل کی کمزوری کا احساس کرنے کی بجائے میں شانت اور ہلکا ہو جاتا ہوں۔ اور اپنے کام میں زیادہ اُلساہ سے لگ جاتا ہوں۔"

میرے ایک دوست کو تو ایسا ضبط نقصان دہ ہی ثابت ہوا ہے۔ ان کی عمر تقریباً ۴۲ برس کی ہوگی۔ وہ بڑے ہی متعصب سبزی خور اور مذہبی شخص ہیں۔ ان کو جسمانی یا روحانی ایک بھی عیب نہیں ہے۔ لیکن تو بھی دو سال پہلے تک خواب کی حالت میں بہت ویریہ گر جایا کرتا تھا۔ اور اس کے دوران میں وہ بہت کمزور اور بے حوصلہ ہو جایا کرتے تھے۔ اسی وقت انہوں نے شادی کی۔ پیٹر کے درد کی کوئی بیماری بھی انہیں اس وقت ہو گئی۔ کسی آیورویدک ویدراج کی صلاح سے انہوں نے شادی کر لی۔ اور اب وہ بالکل اچھے ہیں۔"

برہم چریہ کی عظمت کا جس پر ہمارے تمام شاستر متفق ہیں۔ میں عقل سے قائل ہوں۔ لیکن جن احساسوں کا ذکر میں نے اوپر کیا ہے۔ ان سے تو صاف ہو جاتا ہے۔ کہ سبزی وغیرہ کھانے سے جو ویریہ نکلتا ہے۔ اسے جسم میں ہی ہضم کر لینے کی طاقت ہم میں نہیں ہے۔ اس لئے وہ زہر بن جاتا ہے۔ لہذا میں آپ سے مودبانہ درخواست کرتا ہوں۔ کہ میرے جیسے لوگوں کے فائدے کی غرض سے جنہیں برہم چریہ اور ضبط نفس کی عظمت کے

بارے میں ذرا بھی شک نہیں ہے۔ ہٹھ یوگ یا پرانا یام کے کچھ سادھن بتلائیں
جن کے ذریعہ ہم اپنے جسم میں اس زندگی بخش طاقت کو ہضم کر سکیں ۔"

ان بھائیوں کے احساس غیر معمولی نہیں ہیں۔ بلکہ یہ بہت سے اصحاب
کے ایسے ہی احساسوں کا صرف ایک نمونہ ہے۔ ایسی تمثیلات میں جانتا ہوں
جبکہ ادھورے ثبوتوں کو ہی لے کر عام اصول نکالنے میں جلدی کی گئی ہے۔
اس زندگی بخش طاقت کو جسم میں ہی محفوظ رکھنے اور پھر ہضم کر لینے کی قابلیت
بہت مشق کرنے سے آتی ہے۔ اور ایسا ہونا بھی چاہئیے۔ کیونکہ کسی دوسرے
طریقے سے جسم اور دل کو اتنی طاقت نہیں حاصل ہوتی۔ دوائیاں اور مشینیں
جسم کو اچھی کام چلاؤ حالت میں رکھ سکتی ہیں۔ لیکن ان سے دل اتنا کمزور
ہو جاتا ہے۔ کہ وہ دلی نقائیص پر غلبہ حاصل نہیں کر سکتا۔ اور وہ دلی نقص جانی
دشمن کی طرح ہر ایک کو گھیرے رہتے ہیں ۔"

ہم کام تو ویسے کرتے ہیں۔ جن سے فائدہ حاصل ہو۔ لیکن ان سے الٹا
نقصان ہی ہوتا ہے۔ لیکن معمولی ضبط سے ہی بار بار بہت فائدے کی امید
رکھا کرتے ہیں۔ ہم اپنا روزانہ دستور العمل جذبات کی سیری کرنے کیلئے ہی بناتے
ہیں۔ ہماری خوراک۔ دل بہلاوہ لٹریچر۔ کام کا وقت یہ تمام ہماری حیوانی جذبات
کو ہی بھڑکانے اور ان کی سیری کیلئے ہی مقرر کئے جاتے ہیں۔ ہم میں سے
بہت سے اصحاب کی خواہش شادی کر کے۔ لڑکے پیدا کرنے کی خواہش خواہ
اتنی زبردست نہ ہو۔ لیکن عام طور پر راحت سے بسر کرنے کی ہوتی ہے۔
آخر تک کم و بیش ہوتا ہی رہے گا۔"

لیکن عام اصولوں کی تکمیل جیسے ہمیشہ سے ہوتی آئی ہے۔ ویسی اب بھی ہوتی ہے۔ ایسے بھی انسان ہو گذرے ہیں۔ جنہوں نے بنی نوع انسان کی خدمت میں یا یوں کہئے۔ کہ بھگوان کی ہی سیوا میں اپنی زندگی ارپن کر دینے کی خواہش کی ہے۔ وہ تمام بنی نوع انسان کی اور اپنے ذاتی کُٹنب کی خدمت کی غرض سے اپنا وقت الگ الگ تقسیم نہیں کرنا چاہتے۔ دراصل ایسے انسانوں کے لئے ایسا ہی کرنا لازم ہے۔ جس زندگی سے خاص طور پر کسی خاص شخص کی ترقی ہی مقصود ہو۔ جو بھگوان کی سیوا کے لئے ہی برہم چریہ کا عہد لیں گے۔ ان اشخاص کو اپنی زندگی کی ڈھلائیوں کو چھوڑ دینا پڑے گا اور اس سخت ضبط میں ہی راحت کا احساس کرنا ہو گا وہ دنیا میں بھلے ہی رہیں۔ لیکن وہ دنیادار۔ نہیں ہو سکتے۔ ان کی خوراک ان کا دھندا۔ کام کرنے کا وقت۔ دل بہلاوہ۔ لٹریچر۔ زندگی کا مدعا وغیرہ عوام الناس سے ضرور ہی مختلف ہوں گے"۔

اب اس پر غور کرنا چاہیئے۔ کہ کیا خط کے تحریر کنندہ اور ان کے دوست نے مکمل برہم چریہ کی پابندی کو اپنا شیوہ بنایا تھا۔ اور اپنی زندگی کو کیا اسی ڈھانچے میں ڈھالا بھی تھا؟ اگر انہوں نے ایسا نہیں کیا تھا۔ تو پھر یہ سمجھنے میں کچھ بھی مشکل نہیں ہو گی۔ کہ ویریہ گر جانے سے ایک شخص کو آرام اور دوسرے کو کمزوری کیوں ہوتی تھی۔ اس دوسرے شخص کے لئے تو شادی ہی علاج تھا۔ زیادہ تر اشخاص کو اپنی مرضی کے خلاف بھی جب دل میں شادی کا ہی خیال بھرا ہو۔ تو اس حالت میں ان اشخاص کے لئے شادی ہی مدعا اور دیوتا

ہے۔ جو خیال دبایا نہ جا کر عمل میں لائے بغیر نامکمل ہی چھوڑ دیا جاتا ہے۔ اس کی طاقت ویسے ہی خیال کی نسبت جس کو ہم عمل میں لے آتے ہیں۔ کہیں زیادہ ہوتی ہے۔ جب اس فعل کو مناسب حد تک ہم بس میں کر لیتے ہیں۔ تو اس کا اثر خیال پر بھی پڑتا ہے۔ اور خیال کو بھی بس میں کیا جا سکتا ہے۔ اس طرح جس خیال کو ہم اپنا دستور العمل بنا لیتے ہیں۔ وہ اپنے اختیار میں اپنا قیدی سا بن جاتا ہے۔ اس نقطہ نگاہ سے شادی بھی ایک قسم کا ضبط ہی معلوم ہوتی ہے

ایک ہفتہ واری اخبار میں ان لوگوں کے فائدے کے لئے جو "صو لاً ضبط کی زندگی بسر کرنا چاہتے ہیں۔ کام کے مطابق صلاح دینا درست نہ ہو گا انہیں تو میں کئی برس پہلے اسی مضمون پر میری تحریر کردہ کتاب "خوراک اور صحت پر میرے تجربات" کا مطالعہ کرنے کی صلاح دوں گا۔ نئے تجربات کے مطابق ان میں کہیں کہیں ترمیم کرنے کی ضرورت ہے۔ لیکن اس میں کوئی بھی ایسی بات نہیں۔ جو قابل عمل یا تقلید نہ ہو۔ ہاں عام اصول ذیل میں درج کئے جاتے ہیں۔ ان پر عمل کرنے سے انسان بہت کچھ فائدہ حاصل کر سکتا ہے"۔

(۱) کھانے میں ہمیشہ اعتدال سے کام لینا چاہئے۔ تھوڑی بھوک رہتے ہی باقی یا مزید کھانا چھوڑ دینا چاہیئے"۔

(۲) بہت گرم مصالحوں اور گھی۔ تیل وغیرہ سے بنی ہوئی سبزی ترکاری کے استعمال سے ہمیشہ پرہیز کرنا چاہئے۔ جب دودھ پورا ملتا ہو۔ تو گھی تیل وغیرہ چکنی چیزیں دودھ سے الگ کھانی غیر ضروری ہیں۔ جب زندگی بخش

طاقت کا تھوڑا بھی نقصان ہونے کا اندیشہ ہو۔ تو کھانا کم مقدار میں کھانا چاہئے"

(۳) ہمیشہ دل اور جسم کو پاک کاموں میں لگائے رکھنا چاہئے"

(۴) جلدی سو جانا اور علے الصبح ہی اٹھ بیٹھنا نہایت ضروری ہے"

(۵) سب سے بڑی بات یہ ہے۔ کہ ضبط کی زندگی بسر کرنے میں ہی پرماتما سے وصال حاصل کرنے کے خواہش ملی رہتی ہے۔ جب اس اعلےٰ مقصد کا ظاہری احساس ہو جاتا ہے۔ تب سے ایشور کے اوپر بھروسہ (اعتقاد) لگاتار بڑھتا ہی جاتا ہے۔ کہ ایشور خود ہی انسانی جسم کو بُری حالت سے محفوظ رکھے گا۔ گیتا میں کہا بھی ہے۔

"فاقہ سے انسان کے جذبات چھوٹ جاتے ہیں۔ مگر رس چھوٹ نہیں سکتے۔ لیکن ایشور درشن سے رس بھی چھوٹ جاتے ہیں"

خط کے تحریر کنندہ آسن اور پرانا یام کا ذکر کرتے ہیں۔ میرا وشواس ہے کہ ضبط نفس میں ان کو سب سے اعلےٰ جگہ حاصل ہے۔ لیکن مجھے اس بات کا افسوس ہے۔ کہ اس بارے میں میرے ذاتی احساس کچھ ایسے نہیں جو قابل تحریر ہوں۔ اور ان پر عمل کرنے سے انسان کچھ فائدہ حاصل کر سکے جہاں تک مجھے معلوم ہے۔ کوئی ایسا لٹریچر جو زمانہ حال میں آسن اور پرانا یام کے مضمون پر تجربات کی بنا پر لکھا گیا ہو۔ موجود نہیں۔ لیکن یہ ایک اہم مضمون ہے۔ جس پر غور کرنے کی از حد ضرورت ہے۔ اور جو اس قابل ہے۔ کہ اس کا بغور مطالعہ کیا جائے۔ لیکن میں اپنے ناظرین کو جو آسن اور پرانا یام کے اہم مسائل سے ناواقف ہیں۔ آسن اور پرانا یام

کرنے کی صلاح نہیں دے سکتا۔ اور نہ انہیں یہ مشورہ ہی دے سکتا ہوں۔ کہ اگر انہیں کوئی ہٹھ یوگی مل جائے۔ تو اسے اپنا گورو بنا کر اس سے یہ علم سیکھ لیں۔ انہیں موجودہ زمانے میں ایسی باتوں کے کرنے سے احتراز کرنا چاہئے اور انہیں یاد رکھنا چاہئے۔ کہ باضابطہ اور دھارمک زندگی میں ہی برہمچریہ کی پابندی کرنے کی خاص طاقت ہے۔

---

(۱۲)

برہم چریہ میں لذت

"میں جانتا ہوں کہ جو لذت پر غلبہ حاصل نہیں کر سکا۔ وہ نفسانیت پر فتح حاصل نہیں کر سکتا۔ میں جانتا ہوں۔ کہ لذت پر غلبہ حاصل کرنا بہت مشکل ہے۔ لیکن لذت پر غلبہ حاصل کرنے کے معنی اپنے تمام حواسوں پر غلبہ حاصل کرنا ہے۔"

خوراک جو ہم استعمال کریں۔ وہ صرف جسم کو قائم رکھنے کے لئے ہو۔ وہ لذت کی سیری کے لئے ہرگز نہیں ہونی چاہئے۔ ہمیں ذائقے کے لئے ہوا استعمال نہیں کرنی چاہئے۔ بلکہ سانس لینے کے لئے جس طرح پانی ہم صرف پیاس بجھانے کے لئے پیتے ہیں۔ بعینہ اسی طرح ہمیں وہ خوراک کھانی چاہئے۔ جو ہماری بھوک مٹا سکے۔"

یہ برت (عہد) برہم چریہ سے نزدیکی تعلق رکھنے والا ہے۔ میرا اپنا احساس تو یہ ہے۔ کہ اگر اس عہد کی اچھی طرح پابندی کی جائے۔ تو برہم چریہ یعنی ضبط نفس نہایت ہی آسان ہو جائے۔ کیونکہ لذت کو بڑے بڑے یوگیشور

بھی نہیں جیت سکے۔ یہی باعث ہے۔ کہ اس عہد کو الگ درجہ نہیں دیا گیا یہ تو میں نے اپنے ذاتی احساس کا ذکر کیا ہے۔ اصل میں خواہ یہ بات نہ بھی ہو۔ تو بھی چونکہ ہم نے اس عہد کو الگ تسلیم کیا ہے۔ اس لئے آزادانہ طور سے اس پر غور کر لینا ضروری ہے۔

لذت کے معنی ہیں۔ رس کا ذائقہ۔ جس طرح دوائی کھاتے وقت ہم اس بات کا خیال نہیں کرتے۔ کہ وہ لذیذ ہے یا نہیں۔ لیکن جسم کے لئے اس کی ضرورت سمجھ کر اسے معمولی مقدار میں کھاتے ہیں۔ اسی طرح اناج کو بھی سمجھنا چاہئے۔ اناج یعنی تمام لذیذ چیزیں (ان میں دودھ وغیرہ بھی شامل ہے۔ جس طرح کم مقدار میں لی ہوئی دوائی اثر نہیں کرتی۔ یا تھوڑا اثر کرتی ہے اور زیادہ مقدار میں کھانے سے نقصان پہنچاتی ہے) بعینہ وہی بات اناج کی بھی ہے۔ اس لئے لذت کے نقطہ نگاہ سے کسی بھی چیز کو چکھنا برہمچریہ کے عہد کو توڑنا ہے۔ لذیذ چیزوں کو زیادہ مقدار میں کھانے سے تو آسانی سے ہی عہد ٹوٹ جاتا ہے۔ اس سے یہ ظاہر ہوتا ہے۔ کہ کسی چیز کی لذت بڑھانے بدلنے یا اس کے بدذائقہ کو مٹانے کی غرض سے اس میں نمک وغیرہ ملانا عہد کا توڑنا ہے۔ لیکن اگر ہم جانتے ہوں۔ کہ اناج میں نمک کی فلاں مقدار میں ضرورت ہے۔ اور اس لئے اس میں نمک ملائیں۔ تو اس سے عہد ٹوٹ نہیں جاتا۔ جسمانی پرورش کے لئے ضروری نہ ہوتے ہوئے بھی دل کو دھوکا دینے کی غرض سے ضرورت کا بہانہ کر کے کوئی چیز ملانا صاف ہی جھوٹی عادت کہی جائیگی۔"

اس نقطہ نگاہ سے غور کرنے پر ہمیں پتہ چلے گا۔ کہ جو بے شمار چیزیں ہم کھاتے ہیں۔ وہ جسم کی حفاظت کے لئے ضروری نہ ہونے کی وجہ سے چھوڑنے کے قابل ہیں۔ اور برہمچاری آسانی سے سینکڑوں چیزوں کو چھوڑ دیتا ہے۔ وہ اپنے تمام جذبات پر غلبہ حاصل کر سکتا ہے۔ پیٹ جو چاہے کرا دے پیٹ چانڈال ہے۔ پیٹ میں پڑا چارہ تو کودنے لگا بیچارہ۔

؎ جب آدمی کے پیٹ میں آجاتی ہیں روٹیاں!
پھولی نہیں بدن میں سماتی ہیں روٹیاں

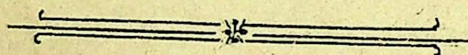
یہ تمام اقوال دو معنی رکھتے ہیں۔ اس مضمون پر اتنی کم توجہ دی گئی ہے۔ کہ عہد کے نقطہ نگاہ سے کھانے کی طرف توجہ دینا بہت ناممکن ہو گیا ہے ادھر بچپن ہی سے والدین جھوٹی محبت جتلا کر کئی ایک قسم کی لذیذ چیزیں کھلا پلا کر بچوں کے جسم کو نکما اور زبان کو کُتیا بنا دیتے ہیں۔ اور آخر کار بڑے ہونے پر ان کی زندگی کا عقر جسم کے نقطہ نگاہ سے مریض اور لذت کے نقطہ نگاہ سے نقائص سے پُر ہو جاتا ہے۔ اس کے تلخ نتیجوں کو ہم قدم قدم پر دیکھتے ہیں۔ کئی ایک قسم کے خرچ کرتے ہیں۔ ویدوں اور ڈاکٹروں کی خدمات حاصل کرتے ہیں۔ جسم نیز حواسوں کو بس میں رکھنے کی بجائے ان کے غلام بن کر لولے لنگڑوں کی طرح اپنی زندگی بسر کرتے ہیں ایک تجربہ کار وئید کا قول ہے۔ کہ اس نے دنیا میں ایک بھی تندرست آدمی نہیں دیکھا تھوڑا بھی ذائقہ چکھا۔ کہ جسم ناپاک ہوا۔ اور اسی وقت سے اس جسم کے لئے روزہ یا فاقہ کی ضرورت پیدا ہو گئی۔

اس خیالات کی لہر سے کسی کو گھبرانے کی ضرورت نہیں ہے۔ لذت پر غلبہ حاصل کرنے کے عہد کو خطرناک دیکھ کر اسے چھوڑنے کی بھی ضرورت نہیں ہے۔ جب ہم کوئی عہد لیتے ہیں۔ تو اس کا یہ مطلب نہیں ہوتا۔ کہ ہم عہد لیتے وقت ہی اس کی پوری پوری تکمیل کرنے لگ جاتے ہیں۔ عہد لینے کے معنی ہیں۔ اس کی پوری پوری پابندی کرنے کی غرض سے مرتے دم تک۔ قول فعل اور عمل سے جی توڑ کر کوشش کرنا۔ کوئی عہد مشکل ہے اس لئے اس کی تشریح نہ کر کے یا اس کی اہمیت کو کم دکھلا کر اپنے آپ کو دھوکا نہ دیں اپنی آسانی کیلئے آدرش کو نیچے گرانے کی کوشش نہ کریں۔ اس میں اپنی گراوٹ ہے۔ آزادانہ طور سے آدرش کو پہچان کر خواہ وہ کتنا ہی مشکل کیوں نہ ہو۔ اسے حاصل کرنے کی غرض سے جی توڑ کوشش کرنے کا نام ہی "پرشارتھ" یعنی "ہمت" ہے۔ پرشارتھ کے معنی ہم نر تک ہی محدود نہ رکھیں۔ بلکہ یہ نر اور ناری دونوں کے لئے ہو سکتا ہے۔ جو ماضی حال اور مستقبل تینوں زمانوں میں ان عظیم عہدوں کی پوری پوری پابندی کرنے کی طاقت رکھتا ہے۔ اس کے لئے اس دنیا میں کوئی فعل بھی فرض میں داخل نہیں ہے۔ وہ بھگوان ہے مکت ہے۔ ہم تو راستی کی تلاش کرنے والے اس کی تقلید کرنے والے انسان ہیں۔ اس لئے گیتا کی زبان میں ہمیں رفتہ رفتہ بلکہ حواسوں کی غلامی سے آزاد ہو کر کوشش کرنی چاہئے۔ ایسا کرنے سے کسی روز ایشور کی توفیق سے اس قابل ہو جائیں گے۔ اور تب ہمارے تمام جذبات بھی ملیامیٹ ہو جائیں گے۔"

ترک لذت کے عہد کی عظمت کو اچھی طرح سمجھ چکنے کے بعد ہمیں اس کی پابندی کی نئے سرے سے کوشش کرنی چاہئے۔ اس کے لئے ۲۴ گھنٹے کھانے کی ہی فکر ضروری نہیں ہے۔ صرف احتیاط کی —— بیداری کی —— بہت زیادہ ضرورت ہے۔ ایسا کرنے سے کچھ ہی عرصہ میں ہمیں اس بات کا علم ہونے لگے گا۔ کہ ہم کب اور کہاں لذت لیتے ہیں علم ہو جانے پر ہمیں چاہئے۔ کہ ہم اپنی خواہش لذت کو مضبوطی کے ساتھ کم کریں۔ اس نقطہ نگاہ سے ملی جلی خوراک —— اگر وہ لذت کی خواہش سے نہ کی جائے —— بہت مددگار ثابت ہوگی۔ اس میں ہمیں اس بات کا خیال نہیں کرنا پڑتا۔ کہ آج ہم کیا پکائیں گے۔ اور کیا کھائیں گے۔ جو کچھ تیار ہوا ہے۔ اور جو ہمارے لئے قابل ترک نہیں ہے۔ اسے ایشور کی کرپا سمجھ کر دل میں بھی اس پر حاشیہ آرائی نہ کرتے ہوئے صبر کے ساتھ جسم کے لئے جتنی ضرورت ہو۔ اتنا ہی کھا کر اٹھ جائیں ایسا کرنے والا آسانی سے ترک لذت کے عہد کی پابندی کرتا ہے۔ ملی جلی خوراک تیار کرنے والے ہمارے بوجھ کو ہلکا کرتے ہیں۔ ہمارے عہدوں کے محافظ بنتے ہیں۔ وہ لذت کے نقطہ نگاہ سے کچھ بھی کھانا تیار نہ کریں صرف جسم کی حفاظت کے خیال سے ہی کھانا تیار کریں۔ زیادہ تر کھانا اس قسم کا تیار کرنا چاہئے جس میں آگ سے کم از کم کام لیا گیا ہو۔ یا بالکل ہی نہ لیا گیا ہو۔ سورج جیسی عظیم آگ جو کھانا تیار کرتی ہے۔ اسی سے ہمیں اپنے لئے لذیذ چیزیں منتخب کر لینی چاہئیں۔ اس طرح غور کرنے سے یہ

ثابت ہوتا ہے۔ کہ انسان صرف پھل خور ہے۔ لیکن یہاں اتنی گہرائی تک جانے کی ضرورت نہیں۔ یہاں تو غور کرنا یہ تھا۔ کہ ترک لذت کا عہد کیا ہے اور اس کے راستہ میں کون سی مشکلات حائل ہیں۔ اور اگر نہیں ہیں۔ تو اس کا برہمچریہ کے ساتھ کتنا زیادہ نزدیکی تعلق ہے۔ درست طور سے دل پر نقش ہو جانے پر سب کو اس عہد کی پوری پوری پابندی کرنے کی نیک کوشش کرنی چاہیئے"

تمام شد



حجازی پریس لاہور باہتمام حافظ محمد اسمٰعیل پرنٹر چھپا۔ نرائن دت سہگل پبلشر نے شائع کیا

مہاتما گاندھی کی نادر زمانہ تصانیف

۱-عورت مرد کے تعلقات یہ نہائیت ہی مفید کتاب مہاتما گاندھی جی کے خیالات کا آئینہ ہے۔جو کہ مہاتما جی نے بڑے غور وخوض اور مطالعہ کے بعد پبلک پر ظاہر کئے ہیں۔اور جن کا مطالعہ ہر پڑھے لکھے مرد عورت کیلئے فی زمانہ جبکہ دنیا کا رجحان عیش وعشرت کی طرف بہت زیادہ ہوتا جا رہا ہے۔بہت ضروری اور مفید ثابت ہوگا۔آجکل ملک میں کام شاستر کے متعلق بہت سی نئی کتب شائع ہو رہی ہیں۔جن کو عوام بڑے شوق سے پڑھتے ہیں۔لیکن اس کتاب کا مطالعہ آپکو سچے رہنما کا کام دیگا۔اور اس سے آپکو معلوم ہو جائیگا۔کہ زن وشوہر کے تعلقات اصلی معنوں میں کیا ہیں۔قیمت فی جلد ۱۲؍

۲-خوراک صحت۔اس کتاب میں ہمیں کیسی خوراک کھانی چاہیئے قدرتی ورزش۔برہمچریہ۔نفسانی جذبات۔صحت اور پوشاک۔مرض اور اس کا علاج۔علاج بذریعہ پانی۔مٹی کے ذریعہ علاج۔بخار اور اس کا علاج وغیرہ وغیرہ مضامین پر ماتما جی نے اپنے تجربات کی بناء پر روشنی ڈالی ہے۔اگر آپ چاہتے ہیں۔کہ آپ کی صحت برقرار رہے۔اگر آپ یہ معلوم کرنا چاہتے ہیں۔کہ آپ کو کون سی خوراک کھانی چاہیئے۔خوراک کا جسم اور روح پر کیا اثر ہوتا ہے۔تو آپ کو اس کتاب کا ضرور مطالعہ کرنا چاہیئے۔اس کتاب میں مندرجہ ہدایات پر عمل کرنے سے آپ کا گھر سورگ دھام بن سکتا ہے قیمت ۱۲؍

ملنے کا پتہ۔**نرائن دت سہگل اینڈ سنز وپبلشرز تاجران کتب لوہاری گیٹ لاہور**

غلامی کی زنجیروں کو توڑنے والی بالکل نئی زبردست پولیٹیکل کتاب

میرا سفرنامۂ روس (اردو)

اس لاجواب کتاب کے مصنف میرٹھ سازش کیس کے اسیر کامریڈ شوکت عثمانی ہیں کامریڈ صاحب مہاجرین کے ہمراہ ہندوستان سے روانہ ہوئے تھے۔ اپنی انقلاب پسند اور قومیت کے جذبات کے سبب ٹرکی جانے کی بجائے آپ روس جا پہنچے اور چونکہ دوران سفر میں بہت سی تبدیلیاں رونما ہوتی رہیں۔ اس لئے آپ کو بے شمار تکالیف کا سامنا کرنا پڑا حتے کہ بعض موقعوں پر تو آپ اپنے ساتھیوں سمیت لقمہ اجل بننے سے بال بال بچے۔

کتاب ہذا میں کٹر و متعصب مسلمانوں کی ہجرت اور خلافت کے متعلق خیالات پر روشنی ڈالی گئی ہے جس سے مسلمان بھائیوں کو ایک عمدہ سبق حاصل ہو سکتا ہے سفرنامہ روس میں افغانستان ترکستان کی مجلس اور پولیٹیکل ترقی کے نہایت دلکش حالات درج کئے گئے ہیں۔ جسکے مطالعہ سے آپ کو معلوم ہوگا کہ افغانستان اور روس اس زمانہ میں کس تیز رفتاری سے آگے بڑھ رہے تھے۔ اس کتاب کا اہم ترین حصہ ہے۔ جو روس سے تعلق رکھتا ہے۔ اسمیں روس کی اس وقت کی حالت اور ترقی حالات بڑے دلکش اور دلفریب انداز سے درج کیا گیا ہے۔ موجود روس نے بہت زیادہ ترقی کر لی ہے۔ موجودہ پولیٹیکل دنیا میں وہ اپنا ایک انوکھا اور اہم درجہ رکھتا اور دنیا بڑے اشتیاق سے اسکی رفتار کو دیکھ رہی ہے۔ ہندوستان کی عام پبلک کو اس ملک کی حالت کا بہت کم علم ہے اور جسکی حالت بڑی حد تک انقلاب روس کی حالت سے ملتی جلتی ہے۔ اس کتاب کے مطالعہ سے اپنی معلومات میں بہت کچھ اضافہ کر سکے گی کتاب کا مضمون بہت دلچسپ طرز دلکش اور پرلطف ہے ضخامت صفحات ۵۰ قیمت فی جلد ۱۲؁

ملنے کا پتہ :- نرائن دت سہگل اینڈ سنز و پبلشرز تاجران کتب لوہاری گیٹ لاہور

شادی شدہ مرد و عورت کی محافظ

لطف شادی یہ یورپ کی مشہور کام شاستر کی ماہر ڈاکٹر میری سٹوپس کی ایک بے نظیر انگریزی کتاب کا ترجمہ ہے۔ جس کے مترجم شری پنڈت سنت رام صاحب بی۔ اے ہیں۔ لطف شادی زن و شوہر کا سچا راہنما ہے۔ اس کے مطالعہ سے آپ کو اپنی خانہ داری کی تمام تکلیف کا علم ہو جائیگا۔ اور اس میں مندرجہ ہدایتوں پر باقاعدہ عمل کرنے سے آپ ان دکھوں اور تکالیف سے نجات حاصل کر سکیں گے جنہیں آپ آج کل مبتلا ہیں اس کتاب کا مطالعہ شادی شدہ جوڑوں کی ان تمام تکالیف کے دور کرنے میں رہنمائی کریگا۔ جو شادی سے چند سال بعد پیش آتی ہیں۔ اور جن سے انسانی زندگی اس وقت وبال جان ہو رہی ہے۔

جوش جوانی کے ٹھنڈا ہو جانے پر بھی میاں بیوی کی محبت آپس میں کیسے قایم رہ سکتی ہے۔ اور سہاگ کی رات کی طرح عمر بھر کی تمام راتیں کیسے یکساں طور پر عیش و آرام کیساتھ کاٹی جا سکتی ہیں۔ یہ سب کچھ آپکو اس کتاب کے مطالعہ سے ملیگا۔ قیمت فی جلد عہ

ملنے کا پتہ

نرائن دت سہگل اینڈ سنز وپبلشرز تاجران کتب لوہاری گیٹ لاہور

شریمد بھگوت گیتا کا

ایک نہایت ہی عمدہ اور آسان ترجمہ از شریمان مہاتما جیت راج جی

شریمد بھگوت گیتا کے ترجمے یوں تو بیشمار اصحاب نے کئے ہیں۔ لیکن اس ترجمہ کی شان کچھ اور ہی ہے۔ گیتا کے فلسفہ کو سمجھنا آسان نہیں۔ اسے وہی روشن دماغ اور صاف دل بزرگ سمجھ سکتے ہیں جنہوں نے موت کے پردہ میں زندگی اور زندگی کے پردے میں موت کو دیکھا ہو۔ اور جنہوں نے اس دنیا کی حقیقت کو اور عاقبت کی اصلیت کو جان لیا ہو۔ مہاتما جیت راج کے ترجمہ کو دیکھ کر:-

روح کی آنکھیں کھل جاتی ہیں!

اور نگاہ کا گناہ مرجاتا ہے۔ جو لوگ گیتا کے لاثانی مصنف سری کرشن جی پر یہ الزام لگاتے ہیں کہ سری کرشن نے صرف تیاگ کا اپدیش دیا ہے۔ وہ اس ترجمہ کو دیکھیں۔ ان کو اپنی غلطی پر افسوس ہوگا۔ ترجمہ نہایت آسان اور بامحاورہ ہوا ہے۔ طالب علم تک سمجھ جاتے ہیں مشہور اخباروں اور نامور معززین نے اس کی نسبت نہایت اعلیٰ رائیں لکھی ہیں۔ عوام کی آگاہی کے لئے بوجہ عدم گنجائش ذیل میں صرف دو رایوں کا خلاصہ بطور مشتے نمونہ از خروارے درج کیا جاتا

اخبار ٹریبون لاہور۔ یہ ترجمہ سب سے افضل ہے۔ معلوم ہوتا ہے۔ پرماتما نے ترجمان کو گیتا کے اس ترجمے میں خاص مدد عطا کی ہے۔ اس کو لڑکوں اور لڑکیوں کے ہاتھ میں دینے سے بڑا فائدہ ہوگا۔ مورخہ ۴ مارچ۔

شریمان پنڈت سنت رام جی شاستری مکھ ادھیاپک سری کرشن سنسکرت مہاودیالہ ہری پور۔ اگرچہ آج تک گیتا پر بہت ساری ٹیکائیں لکھی جا چکی ہیں۔ پھر بھی مہاتما جیت راج جی کی ٹیکا افضل ہے۔ قیمت اردو مجلد سنہری بڑھیا قسم ۱۰/ ہندی عہ/ گورمکھی عہ/

ملنے کا پتہ:- دیوان چند گنگا رام تاجران کتب لوہاری گیٹ لاہور

(آزاد ہند پریس ہسپتال روڈ لاہور میں باہتمام لالہ رام لال ارتھ و سلک چھپا)

دلچسپ اخلاقی ناول اور سوشل افسانے

راجپوت کی بیٹی } مہارانہ اودے پور کی مایہ ناز راجکماری کیسر کے "جوہر" صبح اپنے پنجہ فولاد سے شیروں کا شکار کیا کرتی تھی۔ کے بے جگر دلاورانہ کارنامے اس میں درج ہیں۔ شاہی دبدبہ اُسکے سامنے کانپتا تھا۔ اور جاہ و جلال بیکسی کے سانس لیتا تھا اسکے مطالعہ سے سرد سے سرد خون میں بھی زندگی کی حرارت پیدا ہو جاتی ہے قیمت ۸/

پریم لتا } یہ کتاب نوجوانوں اور گرہستیوں کے پڑھنے کے قابل ہے۔ اس میں نہایت عمدگی سے دکھایا ہے۔ کہ ہماری روزانہ خانگی زندگی کا بھلا اور بُرا اثر کس طرح سے ہماری اولاد پر پڑتا ہے۔ مجلسی خرابیوں کے دور کرنیکے متعلق اس سے بہتر کتاب ابھی تک شائع نہیں ہوئی۔ قیمت ہر دو حصہ ۔ ۔ ۔ ۔ ۔ ۔ ۱۲/

سنہری پھول } یہ ناول سوشل بھی ہے اور جاسوسی بھی۔ اس کی داستان پنجاب سے تعلق اور ہندو زندگی پر گہری روشنی ڈالتی ہے۔ اس میں خوش اخلاقی کی تعلیم دی گئی ہے۔ اور بد اخلاقیوں سے نفرت دلا کر انسانی ہمدردی کا سبق پڑھایا گیا ہے۔ ہر ہندوستانی کو یہ ناول ضرور پڑھنا چاہیئے۔ قیمت صرف ایک روپیہ چار آنہ ۔ ۔ ۔ ۔ ۔ ۔ ۔ ۔ ۔ ۔ ۱۴/

خوش نصیب دوست } یہ رموز عشق اور رسم دوستی کی دلاویز اور لاثانی تصنیف ہندو ماتر کے پڑھنے کے قابل ہے۔ سولہ کلا سمپورن بھگوان کرشن چندر جی مہاراج اور بھگت سداماں کی سچی اور حقیقی دوستی کے دلکش نظارے اس کتاب میں دکھائے گئے ہیں۔ قیمت صرف بارہ آنہ ۔ ۔ ۔ ۔ ۔ ۔ ۔ ۔ ۱۲/

روحانی کہانیاں } اس نہایت مفید اور سبق آموز کتاب میں بڑھیا سے بڑھیا دلچسپ اور دلکش کہانیاں درج ہیں۔ ہر ایک کہانی نصیحت خیز دلآویز زندگی کے اندر نہایت اعلےٰ تغیر پیدا کرنے والی ہے۔ قیمت ایک روپیہ ۔ ۔ ۔ ۔ عہ

ملنے کا پتہ: دیوانچند گنگا رام تاجران کتب و پبلشر نولکھا بازار لاہور

قیمت مع جلد

ضخامت ... ۴۰ صفحات

دُنیا کا امن

ہر ہٹلر کی زبان اور تلوار کی نوک پر

اس نے یہ طاقت کیسے حاصل کی؟

یہ راز جاننے کے لئے ہر ہٹلر کی مشہورِ عالم تصنیف

میری جدوجہد

مُترجمہ

شری پت شانتی نارائن سابق ایڈیٹر بندے ماترم لاہور و "سوراجیہ" الہ آباد

جو جولائی گذشتہ تک دُنیا بھر کی سب زبانوں میں ۲۶ لاکھ فروخت ہو چکی ہے

اور انگریزی میں ترجمہ ہونے پر صرف ایک ماہ میں چھ ایڈیشن ہاتھوں ہاتھ فروخت

ہو گئے ہیں جلد طلب فرمایئے ورنہ دُوسرے ایڈیشن کا انتظار کرنا پڑیگا

پبلشرز:- نرائن دت سہگل اینڈ سنز تاجران کتب لاہور

Only Title Page Printed At The Lakshmi Art Press Lahore.